

# Hand in Hand – „Eltern Werden“

## Für werdende Eltern (Paare und Alleinerziehende) mit Geburtstermin zwischen April und Juni 2016

Für eine gesunde Entwicklung von Kindern ist die frühe Bindung zwischen Eltern und Kindern von entscheidender Bedeutung.

*Hand in Hand* soll die Eltern stärken und dabei unterstützen, eine positive Eltern-Kind-Beziehung aufzubauen.



Ziel des Kurses ist es, Kompetenzen und Sicherheit zu vermitteln, um auf die Signale des Babys feinfühlig zu reagieren.

Wir beginnen während der Schwangerschaft und begleiten Eltern und Kind während des ersten Lebensjahres. Bei den drei vorgeburtlichen Treffen stehen die Schwangerschaft und die damit verbundenen Veränderungen im Vordergrund:

- Vater- und Mutterrolle
- Vorbereitung auf die Geburt
- Bindung zum Ungeborenen
- Fähigkeiten der Eltern und des Säuglings
- Entspannungsteil für die werdende Mutter

Inhalte des nachgeburtlichen Treffens sind:

- Verarbeitung der Geburt
- Kindzentrierte Themen wie Füttern, Stillen, Schlafen, Schreien
- Entwicklung des Bindungs- und Erkundungsverhaltens
- Mutter- Vater- Kind – Beziehung
- Veränderung der Paarbeziehung

Neben dem freien Austausch, gegenseitiger Unterstützung und Rat der Eltern untereinander werden durch die Gruppenleitung Themen in die Gruppe gebracht und mit unterschiedlichen Methoden bearbeitet.

Vorgesehen sind vier Gruppentreffen (Sonntags von 11 bis 14 Uhr) – jeweils drei Termine vor und ein Termin nach der Geburt. Beim nachgeburtlichen Treffen können die Babys mitgebracht werden.

- Kursleitung:** Veronika Bonfig, Dipl.-Sozialpädagogin  
Gerhard Kaiser-Tobner, Erzieher und Sexualpädagoge
- Ort:** Kindertagesstätte Erika-Schmid-Weg , Böfingen Lettenwald
- Termine:** Sonntags 11 bis 14 Uhr  
13.12.2015; 24.01.; 21.02.2016 (vorgeburtlich)  
28.08.2016 (nachgeburtlich)
- Kosten:** 30.- € / Termin und Paar, 15.- € Alleinerziehende (Kostenermäßigung auf Anfrage)
- Anmeldung:** Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen und Familienplanung,  
Schwambergerstraße 35, 89073 Ulm, Tel.: 0731/ 96857-0  
kaiser-tobner@schwangerschaftsfragen.de
- Anbindung:** Über die Beratungsstelle finden die Kursteilnehmer in Krisensituationen telefonisch Kontakt zur Kursleitung

Gefördert durch die Ulmer Bürgerstiftung, die Generationenstiftung der Sparkasse Ulm und



das Landesprogramm