

# „Crash-Kurs ‚Baby‘“



in Kooperation mit dem SkF e.V. OV Kempen

Im Crash-Kurs ‚Baby‘ erhalten junge Eltern Tipps & Tricks für die spannende erste Zeit mit dem Baby von einer erfahrenen Familien-Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin.

Dazu tragen insgesamt **fünf Kurseinheiten** zur entlastenden Unterstützung im Zusammenleben bei:

1. **Babymassage & Babysprache (3 Termine) – *Bitte ein Handtuch und Babyöl mitbringen***  
In die Beziehung fördernde, wohltuende und lindernde Massagetechniken fließen als ‚Übersetzungshilfen‘ für die ‚Sprache‘ des Babys ein.
2. **Babyschlaf** (separate Anmeldung möglich) –  
Schlafbedarf, Schlafrhythmus, Tagesablauf, Rituale, Schlafumgebung... jedes Baby hat andere Bedürfnisse – Geborgenheit und Verlässlichkeit brauchen sie alle.
3. **Erste Hilfemaßnahmen** (separate Anmeldung möglich) –  
Tipps zur Unfallverhütung und praktische Übungen (ohne Herz-Lungen-Wiederbelebung) sollen die notwendige Sicherheit vermitteln, im Ernstfall richtig zu handeln.
4. **B(r)eikost** (separate Anmeldung möglich) –  
Irgendwann reichen Muttermilch und Fläschchen dem Baby nicht mehr. Doch woran erkennt man das? Und was kann das Baby dann wann essen? Fingerfood, Fertigbrei, Gläschen oder Selbstgekochtes – mit den richtigen Informationen können junge Eltern dieser Zeit gelassen entgegensehen.
5. **Sauberkeitserziehung** (separate Anmeldung möglich) –  
Kinder folgen ihrem eigenen Zeitplan, um sauber zu werden. Letztendlich geht es darum, wie sie auf dem Weg unterstützt werden können.

**Termin 1:** Montag, 06.01.; 13.01.; 20.01.2025 – 15.30 – 16.30 Uhr  
Montag, 27.01.; 03.02.; 10.02.; 17.02.2025 – 15.30 – 17.00 Uhr

**Termin 2:** Montag, 10.03.; 17.03.; 24.03.2025 – 15.30 – 16.30 Uhr  
Montag, 31.03.; 07.04.; 14.04.; 28.04.2025 – 15.30 – 17.00 Uhr

**Termin 3:** Montag, 12.05.; 19.05.; 26.05.2025 – 15.30 – 16.30 Uhr  
Montag, 02.06.; 16.06.; 30.06.; 07.07.2025 – 15.30 – 17.00 Uhr

**Termin 4:** Montag, 25.08.; 01.09.; 08.09.2025 – 15.30 – 16.30 Uhr  
Montag, 22.09.; 29.09.; 06.10.; 13.10.2025 – 15.30 – 17.00 Uhr

**Termin 5:** Montag, 27.10.; 03.11.; 17.11.2025 – 15.30 – 16.30 Uhr  
Montag, 24.11.; 01.12.; 08.12.2025 – 15.30 – 17.00 Uhr

**Ort:** Haus für Familien/Campus, Spülwall 11, 47906 Kempen

**Teilnehmende:** jeweils max. 6 Personen **mit Babys ab der 7. Lebenswoche**

**Leitung:** Birgit Weyergraf, Familien-Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin

**Kosten:** kostenfrei

**Anmeldung und Information** über Frau Müller, Stadt Kempen / Amt für Kinder, Jugend und Familie, Familienbüro und Koordinierungsstelle Frühe Hilfen ‚iM DiALOG‘, mo 15.00 – 18.00 Uhr, di 16.00 – 17.30 Uhr, mi – fr 9.00 – 12.00 Uhr + nach Vereinbarung, Schorndorfer Straße 18, 47906 Kempen, ☎ 02152 – 917 3037, sandra.mueller@kempen.de, www.kempen.de/fruehehilfen