



## Die Dienstagsreihe Wissen für junge Eltern



individuell, respektvoll, fachkompetent –  
mit viel Optimismus und Lebenserfahrung

empfohlen von Ingeborg Stadelmann



## Die Dienstagsreihe

Eine neue, aufregende Lebensphase hat für euch begonnen: Ihr werdet Eltern oder seid es gerade geworden! Damit ihr dieser ganz besonderen Zeit als Familie entspannt und zuversichtlich entgegengehen könnt, vermitteln wir euch das notwendige Wissen zu Schwangerschaft, Wochenbett und rund ums Elternsein.

Wir – das sind vier erfahrene Referentinnen und ein Referent, allesamt mit fundierter Fachkompetenz und selbst Eltern.

## Themen

- Mutter-Kind-Bindung, Eltern-Resilienz
- Kommunikation mit dem Baby, es richtig tragen, pflegen, füttern und bewusst wickeln
- Erfolgreiche Stillzeit
- Gesunde Babykost, schnell gekochte Familienkost
- Wo und wie schläft das Kind?
- Eltern sein, Paar bleiben, Verhütungsfragen
- Elternsein – ein erfolgreiches, selbstbestimmtes Abenteuer



# Von Anbeginn der Schwangerschaft bis zum Ende des 1. Lebensjahres



Modul 1\* – Laura Mende

**Frau sein – Mutter werden, sich stärken und ermutigen, Erfahrungsaustausch**

Termine: 26.11.2019 / 18.2.2020 / 30.6.2020

19.00–20.30 Uhr in der *Bahnhof-Apotheke*, Kempten

Modul 2 – Natalie Stadelmann

**Schwangerschaft und Ernährung;  
Babyhaut, -pflege, gesundes Wickeln**

Termine: 14.1.2020 / 19.5.2020 / 15.9.2020

19.00–20.30 Uhr in der *Bahnhof-Apotheke*, Kempten

Modul 3 – Laura Mende und Melanie Probst

**Familie werden; entspannt ins Wochenbett;  
Babyhandling, -schlaf, Tragen, Babys Sprache**

Termine: 12.5.2020 / 14.7.2020 / 10.11.2020

19.00–21.00 Uhr im Stadelmann Verlag, Wiggensbach

Modul 4 – Martina Hof

**Eltern-Resilienz; Eltern-Kind-Bindung durch  
Berührung: über den Sinn der Babymassage**

Termine: 15.10.2019 / 15.9.2020 / 24.11.2020 / 2.3.2021

10.00–11.30 Uhr im Stadelmann Verlag, Wiggensbach

Modul 5\*\* – Florian Galuschka

**Vater werden, Vater sein, Mann bleiben**

Termine: 12.11.2019 / 6.10.2020 / 8.12.2020 / 23.3.2021

19.00–20.30 Uhr in der *Bahnhof-Apotheke*, Kempten

Modul 6 – Natalie Stadelmann

**Von der Milch zur Familienmahlzeit;  
verhüten – aber wie?**

Termine: 19.11.2019 / 13.10.2020 / 19.1.2021 / 13.4.2021

10.00–11.30 Uhr im Stadelmann Verlag, Wiggensbach

Die Treffen finden im kleinen Kreis von max. 10 Personen statt (bitte die wechselnden Veranstaltungsorte beachten). Sie ersetzen weder eine Hebammenbetreuung noch einen anderen fachlichen Rat einer Ärztin/ eines Arztes oder einer Apothekerin/ eines Apothekers.



Modul 7 – Laura Mende

**Tee & Globuli beim 1. Zahn und anderen Auas**

Termine: 10.12.2019 / 17.11.2020 / 23.2.2021 / 18.5.2021

10.00 – 11.30 Uhr im Stadelmann Verlag, Wiggensbach

Modul 8 – Natalie Stadelmann

**Liebevolle Zuwendung und Pflege mit  
Aromamischungen, Wickeln & Auflagen**

Termine: 18.2.2020 / 9.2.2021 / 4.5.2021 / 6.7.2021

10.00 – 11.30 Uhr im Stadelmann Verlag, Wiggensbach

Modul 9 – Melanie Probst

**Langzeitstillen, entspannt durch die Nacht;  
Zweisamkeit im Familienbett**

Termine: 21.4.2020 / 20.4.2021 / 20.7.2021 / 14.9.2021

10.00 – 11.30 Uhr im Stadelmann Verlag, Wiggensbach

Modul 10 – Martina Hof und Natalie Stadelmann

**„Gute Esser – schlechte Esser“:  
entspannt durch den Familienalltag**

Termine: 16.6.2020 / 8.6.2021 / 28.9.2021 / 9.11.2021

10.00 – 12.00 Uhr im Stadelmann Verlag, Wiggensbach

Modul 11 – alle Referenten

**Eltern sein und Paar bleiben**

Termine: 22.9.2020 / 21.9.2021 / 23.11.2021 / 18.1.2022

10.00 – 11.30 Uhr im Stadelmann Verlag, Wiggensbach

\* Ausnahmsweise nur für werdende Mütter

\*\* Nur für (werdende) Väter

# Erfahrene und fachlich qualifizierte Eltern begleiten euch in 11 Modulen

Väter sind willkommen!



## Referentinnen und Referent:

**Florian Galuschka:** Dipl.-Pädagoge, Supervisor, Coach

**Martina Hof:** Kinder-Krankenschwester, Babymassage, Entspannungstrainerin

**Laura Mende:** freiberufliche Hebamme, Homöopathie-Ausbildung

**Melanie Probst:** Soz.-päd. Assistentin, Trageberaterin

**Natalie Stadelmann:** Pharm.-techn. Assistentin (PTA), Ernährungsberaterin, Aromaexpertin



## Anmeldung

Seminarbüro *Bahnhof-Apotheke*

Tel.: 0831 52266-18

seminar@bahnhof-apotheke.de

www.bahnhof-apotheke.de

## Kosten

**Gesamtpaket** Modul 1 – 11 297 €

**Einzelbuchung** je Modul 30 €

## Familienpreis

**Paket 1** Modul 1 – 3 87 €

**Paket 2** Modul 4 – 11 224 €

Paketbücher/innen erhalten einmalig 10 % Rabatt  
beim Besuch eines Seminars der *Bahnhof-Apotheke*.

## Ort

Modul 1, 2, 5 *Bahnhof-Apotheke*, Kotterner Str. 81,  
87435 Kempten, 4. OG

Modul 3, 4, 6, 7, 8, 9, 10, 11  Stadelmann Verlag, Nesso 8,  
87487 Wiggensbach