

Babymassage / Babyförderprogramme

1. Babymassage:

- Traditionelle Indische Babymassage nach Leboyer (Buch: Sanfte Hände – Kösel Verlag)
- Schmetterlingsmassage (Emotionelle Erste Hilfe)
- Indisch-schwedische Babymassage

Egal welche Massage ihr durchführt, Hautkontakt und Berührung fördert die Bindung und das Wohlbefinden von euch und die eures Kindes.

2. Förderprogramme:

- ElBa - https://drk-wohlfahrt.de/fileadmin/user_upload/Alle_Generationen/Familien/Broschuere_ElBa_low.pdf
- PEKiP - <https://pekip.de>
- Baby-Yoga
- DELFI - <https://www.krankenkassen.de/gesetzliche-krankenkassen/leistungen-gesetzliche-krankenkassen/geburt-kinder/delfi/>
- FABEL - <https://www.fabel-kurs.de>
- FenKid - <https://www.fenkid.de>
- Babyschwimmen
- Pikler - <https://www.pikler.de>

Achte Grundsätzlich auf einen guten Tagesablauf. Dieser soll Lerneinheiten und Entspannungs- und Schlafpausen enthalten.

Überreize dein Baby nicht, denn dann lernt es nichts. Überforderungen sorgen dafür, dass dein Baby sich kaum noch selbst beruhigen kann. Es wird in den Abendstunden zunehmend unruhiger und weint vermutlich viel.

Plane erst dann ein Förderprogramm wenn der Alltag gut funktioniert und ihr gut aufeinander abgestimmt seit, dies dauert oft bis zu 8 Wochen oder auch länger.

Gebe eurer Familie Zeit um sich kennenzulernen und aufeinander abzustimmen. Lerne wie du beginnende Überforderung deines Babys erkennen kannst und wie du ihm helfen kannst, wenn eine Überforderung mal nicht verhinderbar ist. Erst dann, wenn der Alltag in euren 4 Wänden strukturiert und entspannt abläuft, seid ihr bereit eine weitere neue Umgebung zu erkunden. Alles Schritt für Schritt.

