

## Wurzelkurse

Eltern-Kind-Kurse und Singen mit Babys & Kindern

### Klaudias Wurzelkurse

Als Kinderkrankenschwester begleite ich euch und eure Babys in meinen Wurzelkursen in einer festen Gruppe durch das erste Lebensjahr. In einer entspannten, angenehmen Atmosphäre können sich eure Babys frei im eigenen Entwicklungstempo erleben. Durch Bewegungs- und Sinnesanregungen wird die eigene Aktivität angeregt und ihr Selbstwertgefühl gestärkt. Ihr erhaltet Gelegenheit zum gegenseitigen Kennenlernen und Austausch. Es gibt Informationen zu einem gesundheitsfördernden und entspannten Umgang mit euren Babys und gemeinsames Singen mit musikalischer Begleitung. Die Teilnehmerzahl ist auf 8-10 Kinder mit je einem Elternteil pro Wurzelkurs begrenzt. Die Babys können ab einem Alter von 2 Monaten teilnehmen. Ein Kurs besteht zunächst aus 10 Terminen und findet fortlaufend statt, außer in den Ferien. Wenn es euch dann gefallen hat, könnt ihr euch für Fortsetzungskurse anmelden.

### Schmetterlingsmassagen

Dieser Kurs richtet sich an Eltern, die sich viel Zeit nehmen möchten für intensive Erfahrungen der Nähe zu ihrem Kind. Ihr lernt durch genaue Beobachtung den Signalen eures Babys auf die Spur zu kommen und diese gut zu beantworten. Ich leite euch an, mit zarten „schmetterlingsleichten“ Streichungen die gefühlsmäßige Verbindung zu eurem Baby zu vertiefen. Wir gehen die verschiedenen Körpersegmente vom Kopf bis zu den Füßen durch. Du erhältst ein Handwerkszeug, das du auch bei deinem älter werdenden Kind immer wieder einsetzen kannst, um angestaute Spannungen zu lösen und wieder gut in Kontakt zu kommen mit deinem Kind. Die angewendete Methode ist auch bekannt als „Bindung durch Berührung“ (BdB).

In den Schmetterlingskursen ist die Teilnehmerzahl auf 5-6 Kinder mit je einem Elternteil begrenzt. Die Babys können in einem Alter von 1 – 3 Monaten teilnehmen. Ein Kurs besteht aus 5 Terminen und findet fortlaufend statt, außer in den Ferien. Im Anschluss könnt ihr euch gerne für einen passenden Wurzelkurs anmelden.

Das Angebot „Schmetterlingsmassagen“ kann auch als Einzeltermin bei dir zuhause stattfinden. Sprich mich dazu gerne an.

### Hausbesuche

Gerne komme ich auch zu dir nach Hause und berate und unterstütze dich und dein Baby bei euren Themen.

### Singen mit Klaudia

Geborgenheit geben, liebevolles Vertrauen schaffen und schöne Momente erleben. Musik macht glücklich. Wir musizieren, tanzen und singen unsere Lieblingslieder mit euren Kindern im Alter von ca. 1 Jahr.

Wir singen traditionelle Kinderlieder „Der Kuckuck und der Esel“, sowie Mitmach-, Klatsch- und Kitzel-Lieder mit musikalischer Begleitung. Je nach Jahreszeit kommen passende stimmungsvolle Frühlings-, Sommer-, Herbst- und Winterlieder dazu. Einfache kleine Musikinstrumente werden vorgestellt und können ausprobiert werden. Ihr habt Gelegenheit, euch in einer angenehmen Atmosphäre auszutauschen.

Ein Kurs besteht aus 10 Terminen und findet fortlaufend statt, außer in den Ferien. Die Teilnehmerzahl ist auf 8-10 Kinder mit je einem Elternteil begrenzt. Nach Absprache können auch Geschwisterkinder oder Partner mitkommen.

Zusätzlich werden einzelne Singtermine passend zur Jahreszeit angeboten. Diese sind für Eltern mit Baby und auch Geschwisterkindern gedacht.

### ? auf die Merkliste

**Adresse:**

Grundstraße 3  
Tanzboden Anne Hoff  
28203 Bremen

**Ansprechperson:**

Klaudia Reinken

**Telefon:**

0421 49 150 608 und 0151 7275 1411

**E-Mail-Adresse:**

[klaudia.reinken@gmx.de](mailto:klaudia.reinken@gmx.de)

**Internetadresse:**

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