

Zentrum für Primäre Prävention und Körperpsychotherapie (ZePP)

In der **Elternschule im ZePP** (Zentrum für Primäre Prävention und Körperpsychotherapie) erhalten junge Eltern mit Kindern von 0 bis 3 Jahren praktikables und relevantes Elternwissen. Sie können sich in vier Kursmodulen über Berührungskunst, Stressmanagement, Babybeobachtung und Elternwissen informieren. Jedes Modul beinhaltet zwei bis vier Vorträge, kombiniert mit praktischen Übungen. Eltern lernen die Verhaltens- und Körpersignale ihrer Babys richtig zu interpretieren und wissen dann, mit Schrei- und Unruhephasen umzugehen. Auch eine spezielle Babymassage wird erklärt. Das Angebot ist auf www.zepp-bremen.de einsehbar.

- ZEPP begleitet Erwachsene, Säuglinge und Kinder, um die Quellen ihrer emotionalen und körperlichen Gesundheit zu stärken und zur Entfaltung zu bringen.
- ZEPP hilft Eltern, die sich mit ihren schreienden und unruhigen Babys und Kleinkindern nicht mehr zu helfen wissen.
- ZEPP vermittelt Eltern konkretes Wissen, wie sie die Nähe und Verbundenheit zu ihren Säuglingen und Kindern stärken und unterstützen können.
- ZEPP bietet erwachsenen Menschen körperpsychotherapeutische Unterstützung, um Störungen in der Beziehung mit sich und anderen Menschen zu überwinden.
- ZEPP hilft Menschen, die sich nach traumatischen Erfahrungen (wie Verkehrsunfällen, Operationen, dem plötzlichen Verlust eines wichtigen Menschen etc.) überfordert und panisch fühlen.
- ZEPP vermittelt Fachleuten aus den Bereichen Therapie und Frühprävention systematische Konzepte, um die Säuglinge, Kinder und Erwachsene in ihrer Beziehungs- und Bindungsfähigkeit zu stärken und fördern.

Die Kursthemen sollen dazu beitragen, den frühen Bindungsprozess zu unterstützen und zu stärken. Die sechsmonatige Reihe ist ein offenes Angebot: Eltern können auch zu einem späteren Zeitpunkt einsteigen oder individuelle Schwerpunkte setzen. Für die Zeit nach dem Kursende ist ebenfalls gesorgt: Die Beteiligten können sich in Elternforen, die vom ZePP gleichzeitig initiiert wurden, gegenseitig unterstützen.

? auf die Merkliste

Adresse:

Bahnhofstraße 12
28195 Bremen

Telefon:

0421 349 12 36

Fax:

0421 346 60 11

E-Mail-Adresse:

kontakt@zeppbremen.de

Internetadresse:

www.zepp-bremen.de