

Gesund aufwachsen – für Kleinkindfamilien

Wenn das aufregende erste Lebensjahr mit Baby vorbei ist, geht das Wachsen und Entwickeln von neuen Fähigkeiten in allen Bereichen und für alle Beteiligten in den Familien weiter.

Das Familien-Leben ist bunt!

Unter dem Motto dieser Themenwoche finden sich auch bei BirthDay Salzburg viele Angebote:

kompetente Fachpersonen unseres Netzwerkes begleiten auch Familien mit kleinen Kindern!

Unsere Angebote speziell für Familien mit Kindern im Alter ab 1 gemeinsam mit Mama oder Papa (oder anderen Bezugsperson wie z.B. Großeltern):



→ Körperarbeit & Entspannung

- Pilates und Entspannung für Mamas mit Kindern – Gruppenangebot in Salzburg
- Familienyoga – Gruppenangebot in Anif
- ContaKids – Bewegung und Tanz für Mama/Papa und Kind – Gruppenangebot in Salzburg
- Yoga Begegnungsraum – Gruppenangebot in Salzburg
- Physiotherapie für Kleinkinder – Einzelberatung in Salzburg, Thalgau oder Faistenau
- JEDERMUM's Outdoortraining – Gruppenangebot für Mütter nach Geburt mit Kind in Salzburg

→ Pädagogik & Entwicklung

- Wiesenkinder – Naturspielgruppe in Mattsee
- BabyCafé – Gruppenangebot in Salzburg
- Ergotherapeutische Begleitung – Einzelberatung
- Trageberatung – Einzel- oder Gruppenangebot auf Nachfrage in Salzburg

Ganz nach dem Motto: „Geht es den Eltern gut – geht es den Kindern gut“! bieten wir Infoveranstaltungen und Elternräume zur Selbstfürsorge und zum Auftanken an:

→ Elterntemen

- Was brauchen die großen Geschwister jetzt? – online Workshop
- der ganz normale Wahnsinn – Familienalltag managen – online Workshop
- therapeutische Begleitung in besonderen Situationen - Einzelbegleitung
- Krisenbegleitung - Einzelbegleitung
- Persönlichkeitsentwicklung – Einzelberatung
- Physiotherapie nach Geburt – Einzelbegleitung

- artgerecht durch die Kleinkindzeit – online Workshop
- ➔ **Stillen & Ernährung**
 - Achtsam Abstillen – online Workshop
 - Stillberatung - Einzelberatung
 - Ernährung im Kleinkindalter – Einzelberatung
 - Picky-Eater - Einzelberatung
 - Essen am Familientisch - Einzelberatung
- ➔ **Speziell: Zeit für mich**
 - Vater werden – Väter tauschen sich aus – online Workshop
 - Kreative Mama-Auszeit – Gruppen- oder Einzelangebot in Anif
 - I am a woman - Frauengerechte Ernährung – Gruppenangebot in Salzburg
 - Bewegungsmeditation mit Sharing – Tandava Banjar – Gruppenangebot in Salzburg
 - Frauenkreis & FrauenRaum – Gruppenangebot in Salzburg
 - Bewegung – in der Zeit nach einer Schwangerschaft mit Feldenkrais – Gruppenangebot in Salzburg und Bad Ischl

Alle Angebote mit weiteren Informationen sind unter www.birthday-salzburg.com zu finden.

Melden sie sich gern zu unserem Familien-Newsletter an, um hin und wieder direkt über besondere Angebote informiert zu werden: [BirthDay Familien-Newsletter](#)

Für allgemeine Fragen rund um unser Netzwerk oder unser Angebot kontaktiert uns gern unter Mail: hallo@birthday-salzburg.com

Wir freuen uns auf euch!
Christina Pittner
für das BirthDay-Team

– ein Netzwerk engagierter interdisziplinärer
Fachpersonen, die sich für individuelle und
ganzheitliche Begleitung rund um die Geburt
und Kleinkindzeit einsetzen



Fotos:

© Stephanie Zinz-Ewers