



# Zwergenland

## - Übersicht Kursangebot -

### 1. PEKIP

Das Prager-Eltern-Kind-Programm ist eine Entwicklungsbegleitung für Eltern und ihre Babys während des ersten Lebensjahres. In einer PEKiP-Gruppe treffen sich 6 bis 8 Mütter oder Väter mit ihren Babys unter Anleitung einer PEKiP-Gruppenleiterin, die Treffen dauern jeweils 90 Minuten. Die Babys können sich nackt und frei bewegen. Im Kurs werden Spiel-, Bewegungs- und Sinnesanregungen vermittelt, die Spiele fördern die Beziehung zwischen Mutter bzw. Vater und Kind und die Eltern haben die Möglichkeit, ihr Kind in jeder Entwicklungsphase bewusster zu erleben. Dabei machen die Babys Erfahrungen im Umgang mit Gleichaltrigen und mit anderen Erwachsenen. Die Eltern können Erfahrungen austauschen, miteinander und voneinander lernen sowie gemeinsame Themen und Probleme besprechen. Weitere Infos findet Ihr unter: [www.pekip.de](http://www.pekip.de)

### Termine PEKiP

Starttermin	Status	Wochentag	Uhrzeit	Geburtsmonate	Folgkurs
11.01.2022	voll	Dienstags	9:00-10:30 Uhr	Mitte Juni - August 2021	April 2022 (6 Treffen)
11.01.2022	voll	Dienstags	11:00-12:30 Uhr	Juli - September 2021	April 2022 (6 Treffen)
30.03.2022	voll	Mittwoch	9:00-10:30 Uhr	Oktober - November 2022	September 2022
30.03.2022	voll	Mittwoch	11:00-12:30 Uhr	Dezember - Januar 2022	September 2022
21.06.2022	<a href="#">Anmeldung</a>	Dienstags	9:00-10:30 Uhr	Januar -Februar 2022	noch unbekannt
21.06.2022	<a href="#">Anmeldung</a>	Dienstags	11:00-12:30 Uhr	Februar-März 2022	noch unbekannt
15.09.2022	<a href="#">Anmeldung</a>	Donnerstags	9:00-10:30 Uhr	März -April 2022	Januar 2023
15.09.2022	<a href="#">Anmeldung</a>	Donnerstags	11:00 - 12:30 Uhr	Mai - Juni 2022	Januar 2023
07.12.2022	<a href="#">Anmeldung</a>	Mittwochs	9:00 - 10:30 Uhr	(Mitte)Juni -August 2022	April 2023
07.12.2022	<a href="#">Anmeldung</a>	Mittwochs	11:00-12:30 Uhr	August- September 2022	April 2023
<b>Achtung:</b>					



Bitte gehen Sie vom errechneten Geburtstermin aus.

Falls Ihr Kind zu früh auf die Welt kam oder noch geboren wird : )

Eine Voranmeldung in der Schwangerschaft ist jederzeit möglich.

**Info zur Planung: In den Ferien finden keine PEKiP Kurse statt!**

Falls der Kurs wegen Corona nicht live stattfinden kann oder unterbrochen wird, findet der Kurs @home statt! (siehe [babykurs@home](mailto:babykurs@home))

Eine Rückzahlung der Kursgebühr ist nicht möglich!

**Bitte auch [anmelden](#), wenn Kurse voll besetzt sind. Sie kommen dann auf die Warteliste und können rein rutschen wenn etwas frei wird.**

## Kursinformationen:

**Kursleitung:** Judith Stein

**Anzahl Treffen:** 10 + 1 online Treffen (Thema Brei bzw. Familientisch)

**Dauer je Treffen:** **90min !!!**

**Kursgebühr:** € 139 Euro (inkl. MwSt)

**Extra buchbar:** Entwicklungsplakat plus Videos Kurslieder für daheim!  
€ 25 Euro

**Hinweis zum Folgekurs:** Die Teilnehmer vom ersten Kurs können sich vorrangig für den Folgekurs anmelden.

### Anmeldung und Kontakt:

**Telefon:** 01573-9129040

**Email:** [judith@zwer-gen-land.de](mailto:judith@zwer-gen-land.de)



## 2. Babymassage

In diesem Kurs lernen Sie:

- Die Ganzkörpermassage für Ihr Baby
- Eine Massage gegen Blähungen und Koliken
- Wie Ihr Kind mit Ihnen kommuniziert
- Wie Sie den Bindungsprozess stärken
- Entspannungstechniken für Sie und Ihr Baby

Der Kurs ist angelehnt an die Babymassage von Vimala Schneider McClur, die vier verschiedene Techniken kombiniert:

- Die indische Massage
- Die schwedische Massage
- Die Reflexzonenmassage
- Die Berührungsentspannung, die ihren Ursprung im Yoga hat

Plus! - Thema Entwicklung:

- begleitet uns in den Stunden rund um die Babymassage
- Sie lernen mehr über die frühkindliche Bewegungsentwicklung anhand von praktischen Übungen und Beispielen
- Und wie Sie diese natürliche Bewegung unterstützen und Fehlhaltungen vermeiden

Plus! - Thema Ernährungsberatung:

- Zusätzlich können Sie eine Kursstunde Ernährungsberatung zum Thema "Beikost Einführung" online besuchen. (Nach Wunsch)

Plus! - Lieder & Krabbelverse:

- In der Stunde werden passend zur ruhigen Atmosphäre kleine Lieder und Krabbelverse integriert.



## Termine Babymassage

Starttermin	Status	Wochentag	Uhrzeit	Altersgruppe	Kosten
18.02.-01.04.22 (Pause 04.03+11.03.22)	voll	Freitags	10:45-12:00 Uhr	4. Woche - Krabbelalter	70 Euro
29.04.22 - 03.06.22 (Pause am 27.05)	<a href="#">Anmeldung</a>	Freitags	10:45-12:00 Uhr	4 Woche - Krabbelalter	70 Euro

### **Achtung:**

Bitte auch [anmelden](#), wenn Kurse voll besetzt sind. Sie kommen dann auf die Warteliste und können rein rutschen wenn etwas frei wird.

Falls der Kurs wegen Corona unterbrochen werden muss, geht es als online Kurs weiter! Bzw. findet komplett via Zoom statt!

## Kursinformationen:

<b>Kursleitung:</b>	Judith Stein
<b>Anzahl Treffen:</b>	5
<b>Dauer je Treffen:</b>	75min
<b>Kursgebühr:</b>	5 Treffen = € 70,- (inkl. MwSt) plus ein Online Workshop Thema "Brei"

### **Anmeldung und Kontakt:**

<b>Telefon:</b>	01573-9129040
<b>Email:</b>	judith@zwerger-land.de



## 3. Sinnesgarten

Gemeinsam entdecken wir in diesem Kurs unsere....

### ...Körperlichen Sinne:

Lebenssinn, Tastsinn, Eigenbewegungssinn, Gleichgewichtssinn

### ...Seelischen Sinne:

Geruchssinn, Geschmacksinn, Sehsinn, Wärmesinn

### ...Sozialen Sinne:

Hörsinn, Wortsinn, Gedankensinn, Ichsinn

Im Kurs sollen die Kinder die Zeit bekommen, ihre Sinne spielerisch zu entdecken. Die einzelnen Sinne werden im Kurs besprochen und zusammen in ruhiger Atmosphäre verschiedenartig durch unterschiedliche Materialien und Spiele, Lieder und Bastelideen angeregt.

Alle natürlichen Fähigkeiten des Kindes werden dadurch unterstützt. Eltern können die Sinne ihre Kinder gezielt schulen und mehr über die Entwicklung der Kinder erfahren.

Sie lernen gemeinsam mit Ihrem Kind andere Eltern kennen und knüpfen neue Kontakte.

## Termine Sinnesgarten

Starttermin	Status	Treffen	Wochentag	Uhrzeit	Altersgruppe
<b>Achtung:</b> - Bitte auch anmelden, wenn Kurse voll besetzt sind. Sie kommen dann auf die Warteliste und können rein rutschen wenn etwas frei wird. - In den Ferien finden keine Kurse statt!					



## Kursinformationen:

<b>Kursleitung:</b>	Judith Stein
<b>Anzahl Treffen:</b>	5 Treffen
<b>Dauer je Treffen:</b>	75min
<b>Kursgebühr:</b>	5 Treffen - 70 Euro (inkl. MwSt)

### Anmeldung und Kontakt:

<b>Telefon:</b>	015739129040
<b>Email:</b>	judith@zwerger-land.de



## 4. Zwergentreff

- Altersgerechte Spiel und Bewegungsanregungen für ihr Baby
- Lieder und Reime, die die Sprachentwicklung unterstützen
- Austausch und neue Kontakte mit anderen Eltern und Kindern

Im Zwergentreff werden wir die Kinder in Anlehnung an "PEKiP" , spielerisch in Ihrer Entwicklung begleiten. Die Kinder haben die Möglichkeit unter fachkundiger Anleitung mit den Eltern, mit Gleichaltrigen, in der Gruppe oder für sich zu spielen, neues und Bekanntes auszuprobieren, zu erfahren und zu begreifen, soziale Kontakte knüpfen und soziale Kompetenzen erlernen, sowie spielerisch Rücksicht und Verantwortung zu erlernen.

Den Eltern wird ausreichend Raum geboten, um sich sowohl untereinander, als auch themenbezogen über alltags- und Erziehungsprobleme, über die kindliche Entwicklung oder über sonstige, auch von Eltern selbst gewählte Themen auszutauschen.

Teilnehmen können alle Familien mit Kindern zwischen 8-12 Monaten.

## Termine Zwergentreff

Starttermin	Status	Treffen	Wochentag	Uhrzeit	Altersgruppe
18.02.22- 01.04.22 (04.03+11.03.22 Pause)	<a href="#">Anmeldung</a>	5	Freitags	9:00-10:15 Uhr	8-12 Monate
29.04.22- 03.06.22 (27.05. Pause)	<a href="#">Anmeldung</a>	5	Freitags	9:00 - 10:15 Uhr	8-12 Monate

### Achtung:

Bitte auch [anmelden](#), wenn Kurse voll besetzt sind. Sie kommen dann auf die Warteliste und können rein rutschen wenn etwas frei wird.



## Kursinformationen:

<b>Kursleitung:</b>	Judith Stein
<b>Anzahl Treffen:</b>	5
<b>Dauer je Treffen:</b>	75min
<b>Kursgebühr:</b>	5 Treffen € 70,- (inkl. MwSt.)

### Anmeldung und Kontakt:

<b>Telefon:</b>	01573-9129040
<b>Email:</b>	<a href="mailto:judith@zwer-gen-land.de">judith@zwer-gen-land.de</a>





## 5. Babysteps

Jetzt wird es krabbelig im BabySteps Kurs für 5-10 Monate alte Babys.

Kommt Ihr Baby in Bewegung, wird mobiler und auch neugieriger was seine Umgebung betrifft. Sie wollen ihren kleinen Forscherdrang ausleben können. Babys wollen außerdem ihre Welt begreifen und das mit allen Sinnen. In den Kursen ist das absolut gewünscht und mehr denn je heißt es jetzt: Machen lassen! Gemeinsam mit Ihrem Baby entdecken Sie nun seine kleine Welt.

In diesem Alter begleiten wir gemeinsam besonders die sensomotorische Baby Entwicklung. Den Fokus legen wir daher auf Sinneserfahrungen, bei denen gerne auch mal gematscht und gepanscht werden darf. Wir widmen uns jede Stunde wieder einem Thema zu, wie beispielsweise dem Babyschlaf, Beikost und Tragen, denn auch bei den Themen verändern sich die Fragestellungen mit dem Alter des Kinder, beziehungsweise der Baby Entwicklung.

BabySteps Kurse können Sie dabei unterstützen Ihr Baby besser zu verstehen und Ihren eigenen Weg als Mama oder Papa zu finden. Die Eltern Kind Beziehung steht im ganzheitliche Babykurs im Fokus und bietet Raum für den Austausch mit anderen Eltern. Weiterhin bietet der Kurs Spielanregungen, Sing- und Schoßspiele, die der Baby Entwicklung entsprechen.

## Termine Babysteps

Starttermin	Anzahl Treffen	Status	Wochentag	Uhrzeit	Altersgruppe
02.02.-16.03.22 (Pause am 23.02)	6	<a href="#">Anmeldung</a>	Mittwochs	13:30-14:30 Uhr	5-10 Monate
07.02.- 14.03.22	6	voll	Montags	11:00-12:00 Uhr	5-10 Monate
04.04.-16.05.22 (Pause am 18.04.)	6	<a href="#">Anmeldung</a>	Montags	11:00-12:00 Uhr	5-10 Monate



## Kursinformationen:

<b>Kursleitung:</b>	Alina Steinke
<b>Anzahl Treffen:</b>	6 oder 8
<b>Dauer je Treffen:</b>	60 min
<b>Kursgebühr:</b>	89 oder 109 Euro (inkl. MwSt)
<b>Sonstiges:</b>	In den Schulferien findet der Kurs in der Regel auch statt!

### Anmeldung und Kontakt:

<b>Telefon:</b>	01590 6360073
<b>Email:</b>	<a href="mailto:info@bindungsliebe.de">info@bindungsliebe.de</a>



## 6. Purzelzwerge

Bewegung und gesunde Entwicklung sind untrennbar miteinander verbunden.

Purzeln, springen, laufen, steigen, schaukeln, klettern, werfen, rollen, drehen, ziehen, balancieren und vieles mehr rund um Motorik und Bewegung.

Mit Bewegungsliedern, Kleingeräten und verschiedenen Materialien bekommen die Kinder viele Bewegungsanreize, die sich an ihrem Entwicklungsstand orientieren, Raum geben ihre grob-, und feinmotorischen Möglichkeiten selbständig zu erproben und dabei soziale Kompetenzen zu erlangen.

Eltern können die Spiel- und Bewegungszeit mit den Kindern gemeinsam genießen, gleichzeitig wichtige Entwicklungsschritte begleiten und haben die Möglichkeit Kontakte zu knüpfen und sich auszutauschen.

## Termine Purzelzwerge

Starttermin	Status	Wochentag	Uhrzeit	Altersgruppe
22.03.2022	Anmeldung	Dienstags	15:00-16:15 Uhr	1-2 Jahre

## Kursinformationen:

**Kursleitung:** Nicole Raiger

**Anzahl Treffen:** 8

**Dauer je Treffen:** 75min

**Kursgebühr:** € 80,-

### Anmeldung und Kontakt:

**Telefon:** 0173-1433000

**Email:** nicole.raiger@gmail.com



## 7. Kunterbunter Bewegungsspaß

Aus den Babykursen ist Ihr Kleinkind rausgewachsen aber Sie möchten gerne weiterhin einen Eltern Kind Kurs besuchen?

Dann ist der Eltern Kind Kurs - Kunterbunte Bewegungskurs für Kleinkinder von 10 bis 18 Monate genau das Richtige! In diesem Kurs entdecken wir gemeinsam die Welt Ihres Sprösslings. Motiviert zappeln sie zu den ersten Bewegungsliedern, mutig überwinden sie kleine Bewegungslandschaften und freuen sich über ihre eigenen neuen Fähigkeiten. Ganz nebenbei werden so viele neue Bewegungsanreize durch Bewegungsspiele für Kleinkinder geschaffen, die unterstützend auf ihre natürliche, motorische Entwicklung wirken.

Aber auch für Euch Eltern ändert sich in dieser Zeit einiges und die Themen, die Sie beschäftigen wachsen mit den Kleinen mit. Im kunterbunten Bewegungskurs für Kleinkinder reden wir über viele verschiedene Themen wie dem Trocken werden, Schlaf von Kleinkindern und der Eingewöhnung, aber auch über die Eltern Kind Beziehung.

## Termine Kunterbunter Bewegungsspaß

Starttermin	Anzahl Treffen	Status	Wochentag	Uhrzeit	Altersgruppe
07.02.- 14.03.22	6	voll	Montags	09:30-10:30 Uhr	10-18 Monate
04.04.- 16.05.22	6	<a href="#">Anmeldung</a>	Montags	09:30-10:30 Uhr	10-18 Monate

## Kursinformationen:

**Kursleitung:** Alina Steinke

**Anzahl Treffen:** 6 oder 8

**Dauer je Treffen:** 60 min

**Kursgebühr:** 89 oder 109 Euro (inkl. MwSt)

**Sonstiges:** In den Schulferien findet der Kurs in der Regel auch statt!

### Anmeldung und Kontakt:

**Telefon:** 01590 6360073

**Email:** [info@bindungsliebe.de](mailto:info@bindungsliebe.de)



## 8. Erste Hilfe

für Eltern, Großeltern, Onkel und Tanten, Erzieher, Babysitter und Nachbarn.  
Kurz: für alle, die Kontakt mit Babys und Kindern haben und sicher sein möchten, im schlimmsten Fall mit Sicherheit richtig zu handeln!

Lernen Sie in wenigen Stunden, wie Sie Ihrem Kind sicher und schnell helfen können.

Themen sind u. a.:

- Verschlucken, Vergiftung, Verbrennen
- Strom und Elektrounfälle
- Badeunfälle/Ertrinken
- Pseudokrupp
- (Fieber-) Krampf
- Wundversorgung
- Knochenbrüche
- Stiche (Wespen, Zecken etc.)
- Bewusstlosigkeit - Stabile Seitenlage
- Reanimation
- Und wir schauen uns die Notfallnummern genauer an!

## Termine Erste Hilfe

Starttermin		Wochentag	Uhrzeit	
19.02.2022	Online über Zoom	Samstag	10:30 Uhr	
09.04.2022	Live im Zwergenland	Samstag	10:30 Uhr	



## Kursinformationen:

<b>Anzahl Treffen:</b>	1
<b>Dauer Treffen:</b>	online: ca. 2,5 Std., live: 3,5 Std.
<b>Kursgebühr:</b>	online : 32 Euro, live: 45Euro (inkl. MwSt.)

### Anmeldung und Kontakt:

<b>Telefon:</b>	01573-9129040
<b>Email:</b>	<a href="mailto:judith@zwerger-land.de">judith@zwerger-land.de</a>

## Kontakt / Anmeldung

---

Du kannst gerne mit mir Kontakt aufnehmen, um Fragen zu klären oder um Dich anzumelden:

Per Email an: [judith@zwerger-land.de](mailto:judith@zwerger-land.de)

Per Telefon oder WhatsApp: **01573-9129040**