

Mamiladen

FÜR KLEINE & GROSSE HERZEN

WORKSHOP-PROGRAMM 2020

**Kursraum im Mamiladen,
Grieskai 10 (Eingang Belgiergasse 2), 8020 Graz**

Anmeldungen bei der jeweiligen Kursleitung. Nähere Informationen gerne per Mail: graz@mamiladen.com, via Telefon: 0660/1800360 oder direkt im Mamiladen. Begrenzte TeilnehmerInnenanzahl. Änderungen vorbehalten. Bei zu geringer TeilnehmerInnenanzahl kann der Kurs von uns auch kurzfristig abgesagt werden.



HAUSMITTEL FÜR KINDER - WORKSHOP

Was hilft schnell und ist in jedem Haushalt zu finden? Bei diesem Workshop werden altbewährte Hausmittelrezept gezeigt und erklärt, sowie direkt vor Ort zubereitet. Du bekommst hilfreiche Tipps passend zur Saison, zum Beispiel bei Fieber, Husten, Bauchweh, Durchfall, Insektenstiche, Sonnenbrand oder Läuse.

Wann: 19.11.2020, 09:00-11:00 Uhr
Kosten: pro Person bzw. Paar € 35
Referentin: Verena Flatschler, Tel.: 0664 / 9657436

NATURKOSMETIK - WORKSHOP

Dieser Kurs vermittelt Grundkenntnisse in der Herstellung von natürlicher Körperpflege (von Kopf bis Fuß) nach einfachen Rezepten. Verwendet werden ausschließlich frische und essbare Inhaltsstoffe, die leicht verfügbar sind. Ziel ist es, viele Ideen und Alternativen zu konventionellen Pflegeprodukten zu finden, die auf die individuellen Bedürfnisse angepasst werden.

Wann: 28.09.2020, 15:00-19:00 Uhr / € 55 p.P.
16.11.2020, 15:00-19:00 Uhr / € 60 p.P.
Referentin: Tina Wurzinger, Tel.: 0650 / 9155752



DUNSTAN BABYSPRACHE

Lerne die fünf Babylaute schon während der Schwangerschaft, die jedes Neugeborene ab dem ersten Lebenstag bis zur 12. Lebenswoche nutzt, um seine Grundbedürfnisse mitzuteilen. Dein Baby wird weniger weinen und sich schneller beruhigen, wenn Du auf seine Laute für Hunger, Müdigkeit, Aufstoßen müssen, Bauchweh und Unwohlsein richtig reagieren kannst.

Wann: 27.08.2020, 09:00-11:00 Uhr
02.10.2020, 09:00-11:00 Uhr
13.11.2020, 09:00-11:00 Uhr
Kosten: Eltern-Kind-Paar € 40 / Elternpaare € 60
Referentin: Maria Gfrerer, Tel.: 0681 / 81747355

DUNSTAN ZWERGENSPRACHE

Zeichensprache mit Babys - Der Workshop vermittelt in einer spielerischen Atmosphäre die wichtigsten Infos zum Start mit Babyzeichen und enthält vielfältige Anregungen, wie Du mit Deinem Baby/Kleinkind (bis 2 Jahre) Babyzeichen anwenden kannst.

Wann: 29.08.2020, 09:00-12:00 Uhr
14.11.2020, 09:00-12:00 Uhr
Kosten: Eltern-Kind-Paar € 40 / Elternpaare € 70
Referentin: Maria Gfrerer, Tel.: 0681 / 81747355



MUSIK MIT KINDERN

Gemeinsam an die wundervolle Welt der Musik herantasten - kreativ, vielfältig und spielerisch. Mit Kindern von 0-24 Monate packen wir eine große Schatzkiste voller Lieder, Kniereiter, Tänze und Spielideen mit Musik, damit es auch daheim mal wieder so richtig beschwingt zugeht!

Wann: 28.08.2020, 09:00-10:30 Uhr
03.10.2020, 09:00-10:30 Uhr
Kosten: Eltern-Kind-Paar € 25,
jede weitere Person € 5
Referentin: Maria Gfrerer, Tel.: 0681 / 81747355

STOFFWINDELBERATUNG

Stoffwindeln liegen voll im Trend und ist auch nicht mehr so kompliziert wie es einmal war. Zudem fördern sie die Hautgesundheit unserer Babys und sind ein aktiver Beitrag zum Umweltschutz. Bei einer Stoffwindelberatung erfährst du alles rund ums Wickeln mit Stoffwindeln. Welche Systeme und Marken gibt es? Wie viele Windeln brauche ich? Was muss ich beim Waschen beachten? Natürlich werden alle deine Fragen beantwortet.

Wann: 25.09.2020, 09:00-12:00 Uhr
23.10.2020, 09:00-12:00 Uhr
28.11.2020, 09:00-12:00 Uhr
Kosten: € 25
Referentin: Nadine Haidmayer, Tel.: 0678 / 1212730



TRAGWORKSHOP

„Tragen ist Liebe“ In den Trageworkshops bekommt man einen Einblick zum Thema Tragen. Wir sprechen über das gesunde Tragen eines Babys, auf was man achten sollte und was wesentlich dabei ist. Fragen sind willkommen und ein Praxisteil hat ebenfalls ausreichend Platz.

Thema:

Gewebtes Tragetuch vs. Elastisches Tragetuch

Wie bindet man dieses ewig lange Tuch? Das fragen sich viele. Ich möchte im Workshop zum Thema Tragetuch zeigen, dass es nur ein bisschen Übung benötigt. Wir sprechen über die Unterschiede eines gewebten und elastischen Tragetuch und lernen jeweils eine Bindetechnik.

Thema:

Tragesysteme

Es gibt unzählige verschiedene Tragesysteme und Begriffe rundums Thema Tragen. Ich zeige euch verschiedene Tragesysteme, damit ihr eine Vorstellung bekommt, was es so auf dem Markt gibt. Natürlich dürfen die Tragen auch probiert werden.

Wann:

12.09. - Tragetuch
10.10. - Tragesystem
07.11. - Tragetuch
12.12. - Tragesystem

Zeit:

10:00 - 12:00 Uhr

Kosten:

€ 40 p.P.

Referentin:

Bettina Zechner
(Anmeldungen unter: graz@mamiladen.com)



SCHLAFBERATUNG

Dieser Vortrag bietet Aufklärung rund um das Thema Kinderschlaf, Tipps und Anregungen für ruhigere Nächte, alles zum Thema Sicherheitsaspekte beim Schlafen, Tipps den Papa mehr einbinden beim Zubettgehen der Kinder, alles zum Thema Co-sleeping und edsharing, schlafen und Bindung. Nach dem Konzept von 1001kindernacht®.

Wann: 05.11.2020, 15:30-17:30 Uhr
Kosten: € 15
Referentin: Josy Puntigam, Tel.: 0660 / 7606888

TRAGEBERATUNG

Die individuelle Trage-Beratung richtet sich an alle schwangeren Frauen mit Begleitung und an frischgebackene Eltern, die gerne ihr Baby in einem Tragetuch oder in der Trage tragen wollen. Hier werden euch alle Fragen beantwortet, ihr könnt auch gerne schon mit einer eigenen Trage kommen, falls ihr Fragen dazu habt. Christina hilft Euch bei allen Fragen rund ums Tragen. Treffpunkt im Mamiladen.

Wann: Individuelle Terminvereinbarung
Kosten: € 40 pro Stunde
Referentin: Christina Jauk, Tel.: 0664 / 4664712



SCHWANGERSCHAFTSYOGA-KURS

Jede Kursreihe hat 5 Einheiten sollte man einmal nicht können oder verhindert sein kann man die Einheit nachholen. Der Kurs wird im kleinen Rahmen stattfinden max. 6 Teilnehmer!

Harmonische Abläufe der Yogastunde, kräftigende und dehnende Körperstellungen, Atemübungen, Achtsamkeitstraining, Mentalübungen, Meditationen, Schlussentspannung. Die Teilnahme an den Kursen ist **ab der 12. SSW** möglich. Vorkenntnisse in der Yogapraxis sind nicht erforderlich.

Bitte komm schon in bequemer Kleidung, nimm deine eigene Yogamatte, eine Trinkflasche und eventuell ein Kissen mit.

Wann: Immer Dienstag, 17:30 - 19:00 Uhr (1,5 Stunden)
Kurs 1: 01.09. / 08.09. / 15.09. / 22.09. / 29.09.
Kurs 2: 06.10. / 13.10. / 20.10. / 27.10. / 03.11.
Kurs 3: 10.11. / 17.11. / 24.11. / 01.12. / 08.12.

Kosten: € 80 pro Kurs
Anmeldung: Viktoria Hiden, Tel.: 0650 / 3555111 oder
office@nanda.at - www.nanda.at.

WORKSHOP

Schwangerschaftsyoga Workshop. Dieser besondere Workshop (mit Wirkung) für baldige Mamis enthält folgende Elemente: Achtsamkeit, Atem (Atemübungen, Atem unter der Geburt), Asanas (Lockerung, Stärkung, Dehnung, Entspannung), Entspannungsübungen,...und vieles mehr.

Bitte komm schon in bequemer Kleidung, nimm deine eigene Yogamatte, eine Trinkflasche und eventuell ein Kissen mit.

Wann: 11.09. / 09.10. / 13.11. / 04.12.
Uhrzeit: 17:00 - 19:00 Uhr
Kosten: € 45
Anmeldung: Viktoria Hiden, Tel.: 0650 / 3555111 oder
office@nanda.at - www.nanda.at.



Mamiladen

UMSTANDS- & STILLMODE
BABY- & KINDERBEKLEIDUNG
STILL- & LAGERUNGSKISSEN
LIFESTYLE PRODUKTE
FACHKOMPETENTE BERATUNG
KURSE & BERATUNGEN
PFLEGEPRODUKTE
SPIELWAREN & STOFFTIERE
TRAGEHILFEN

GRIESKA 10, 8020 GRAZ, (EINGANG BELGIERGASSE 2)
TELEFON: 0660 / 18 00 36 0, E-MAIL: GRAZ@MAMILADEN.COM

UNSERE WICKEL- UND STILLMÖGLICHKEITEN STEHEN EUCH WÄHREND
DEN ÖFFNUNGSZEITEN JEDERZEIT ZUR VERFÜGUNG.

