

# **Bindung von Anfang an**



**Ein Workshop, der die  
wundervolle Reise der  
Elternschaft mit Wärme und  
Verständnis begleitet.**

**Herzlich willkommen zu einer faszinierenden Reise  
ins Herz der Elternschaft und des frühen Lebens.  
Entdecken Sie die kostbaren Momente, die die  
Verbindung zwischen Ihnen und Ihrem Baby formen,  
verstärken und verschönern.**



**Praxis Michaela Mayr**

Physiotherapie, psychologische Beratung und Coaching

# Workshop "Bindung von Anfang an"

## Termine:

- 27. September 2023, 9-11 Uhr
- 18. Oktober 2023, 9-11 Uhr
- 15. November 2023, 9-11 Uhr



Ort: Women4Women Linz, Dinghoferstraße 38/7, 4020 Linz

Teilnahmegebühr: €120 pro Person, €180 für Paare (der Partner zahlt nur 50%)

Ein liebevoll gestaltetes Workshop-Programm, das speziell auf die Bedürfnisse von frischgebackenen Eltern und ihren kleinen Wundern zugeschnitten ist. *Bitte bringen Sie Ihr Neugeborenes zur Veranstaltung mit.*

## Workshop-Inhalte:

Dieser dreiteilige Workshop vermittelt Ihnen fundierte Kenntnisse zu den Themen:

1. **Bindung und Nähe:** Erkunden Sie, was Bindung bedeutet und warum sie für die Selbstregulation Ihres Babys von entscheidender Bedeutung ist.
2. **Selbstregulation im Säuglingsalter:** Verstehen Sie, was Selbstregulation für Ihr Baby bedeutet und wie Sie die Fähigkeit Ihres Babys dazu unterstützen können.
3. **Rhythmus und Autonomie:** Erfahren Sie, wie Sie einen sanften, gesunden Rhythmus für Sie und Ihr Baby schaffen und wie Sie die Autonomie Ihres Kindes von Anfang an fördern.

Als erfahrene Kinderphysiotherapeutin und psychosoziale Beraterin, richte ich diesen Workshop an Eltern und werdende Eltern, die die Bedürfnisse ihres Säuglings besser verstehen und adäquat darauf reagieren möchten. Lernen Sie durch praktische Anleitungen und neueste Erkenntnisse der Hirnforschung, wie Sie die Bedürfnisse Ihres Babys erkennen können.

Darüber hinaus bietet der Workshop Übungen aus der Körperarbeit an, die Ihnen dabei helfen, bei sich zu bleiben und Ihr Nervensystem zu beruhigen. Tauschen Sie sich mit anderen Eltern aus und finden Sie Unterstützung und Verständnis in einer warmen, einladenden Gemeinschaft.

**Jetzt anmelden und die wundervolle Reise der Elternschaft mit mir beginnen!**

**Kontaktieren Sie Michaela Mayr** unter [www.michaela-mayr.at](http://www.michaela-mayr.at), [praxis@michaela-mayr.at](mailto:praxis@michaela-mayr.at) oder rufen Sie an unter 0664-5454100.

**Hinweis:** Dieses Thema kann auch als Einzelcoaching gebucht werden. Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an mich. Ich freue mich auf Sie und Ihr kleines Wunder!