

### **Erste Hilfe Workshop**

Prävention, Kindernotfälle und Unfälle. Die Inhalte werden theoretisch und anhand von Fallbeispielen besprochen sowie praktisch an Reanimationspuppen geübt.  
Die Erste Hilfe ist wie eine Sprache, sie muss gelebt werden, um sie zu beherrschen. Unser Motto daher:  
LERNEN - ÜBEN – KÖNNEN

#### **Kindernotfälle 1 (3 Stunden)**

Anatomische Unterschiede  
Atem- Kreislaufstillstand, Reanimation (praktische Übungen)  
Bewusstlosigkeit  
Verlegung der Atemwege (Verschlucken)  
Ertrinken  
Vergiftung  
Sonnenstich / Hitzeschlag  
Unterkühlung / Erfrierung  
Prävention

#### **Kindernotfälle 2 (2 Stunden)**

Starke Blutungen  
Wunden  
Insektenstich / Tierbiss  
Verbrennung / Verbrühung  
Verätzung  
Verletzung von Knochen und Gelenken

#### **Zeitplan**

09.00 - 12.00 Uhr Kindernotfälle 1  
12.30 - 14:30 Uhr Kindernotfälle 2  
15:00 - 18:00 Uhr Kindernotfälle 1

**Kosten: Kindernotfälle 1 / 35,- Kindernotfälle 2 / 25,-**

### **"Wann beginnt Erziehung?" und andere Fragen aus dem Alltag mit einem Baby/Kleinkind**

Wenn wir Mutter oder Vater werden, lernen wir uns in einer ganz neuen Rolle kennen und es entstehen eine Fülle an Fragen, wie:

Mache ich das alles richtig?

Kann ich mein Kind verwöhnen?

Wie ist das mit dem Einschlafen und Durchschlafen?

Wieviel Zuwendung braucht mein Kind?

Was erzieht wirklich?

Was passiert mit meinen Bedürfnissen und mit den Bedürfnissen meines Partners/meiner Partnerin?

In diesem Workshop ist Raum für diese und mitgebrachte Fragen aus dem Alltag einer Jungfamilie!

**Dauer 3h**

**Kosten 40,- / Paarp reis 70,-**

### **Trage Workshop**

Es gibt zahlreiche Tragetücher, Fertigtragehilfen und Tragegestelle, die die verschiedensten Tragemöglichkeiten bieten. Welche Tragehilfe die richtige für Dich ist, wirst Du merken wenn du sie mit deinem Baby ausprobierst. Es empfiehlt sich das Binden des Tragetuches oder das Anlegen einer Tragehilfe unter geschulter Beratung zu erlernen. Nur ein gut gebundenes Tuch oder eine gut angelegte Tragehilfe, stützt dein Baby optimal und verhindert Verspannungen bei dir als Trägerin.

Hier bekommst du die Möglichkeit die verschiedensten Tragehilfen unter Anleitung auszuprobieren. Auch der Austausch mit anderen tragenden Eltern ist hilfreich und kommt hierbei nicht zu kurz.

**Dauer 1,5h**

**Kosten 14 Euro**

### **Hausmittel Workshop**

"Schnelle Hilfe aus dem Haushalt". Was kann man zu Hause mit Wasser, Salz, Zitronen, Essig, Topfen etc. alles Heilsames machen? Alte und bewährte Hausmittel aus Großmutter's Zeiten, die auch heute noch aktuell sind und hilfreich. Was bei der Anwendung von Wickeln, Umschlägen und selbst Gebräutem zu beachten.

**Dauer 4h**

**Kosten 35 Euro**

**Ort: : Breitenfurter Straße 372a Yogabase oder  
Breitenfurter Straße 372C/14, 1230Wien Gemeinschaftsraum**

**Anmeldung: [helena@babykreis.at](mailto:helena@babykreis.at)**

**Bei allen Workshops ist dein Baby natürlich herzlich willkommen!**