



***ORIENTIERUNG FINDEN UND LEUCHTKRAFT ENTWICKELN***

# Eltern Werden Eltern Sein

**Einführung in die EEH -**  
Emotionelle Erste Hilfe und  
Feinfühligkeitstraining

März - Mai 2023

Juni - Aug. 2023

Ein Angebot für ELTERN  
in ihrem ersten Jahr mit  
dem Baby an 4 Abenden  
in Zürich und 1 Sonntag in  
Männedorf



Care & Career profound.one!



## Eine Begegnung mit DIR zu tieferem Verständnis und Ressourcenaufbau für das Wohl-SEIN mit dem Baby

### Kursmodule:

1. Bindungsbereitschaft und Selbstregulation
2. Leuchtturm-Prinzip und Kernaufgaben als Eltern
3. Übungstag zur Selbstanbindung, Ko-Regulation und Resilienz
4. Emotionales Navigationssystem
5. Krisen-Herausforderungen

**Kosten: CHF 390,- /als Paar 490,-**

**RAUM-ZEIT** für freudige Neugier und Feinfühligkeitstraining zum Verstehen der Grundbedürfnisse des Babys und der erforderlichen Abstimmungskompetenz in der Eltern-Kind-Beziehung. Wir beleuchten Grundwissen zur Stressregulation und zur Stärkung der Eltern-Kind-Bindung (Bonding).

Wir leiten Übungen an zur Prävention von ungesunden Entwicklungen und Beziehungsdynamiken in den täglichen Herausforderungen. Wir holen dich da ab, wo du stehst – deine Erlebnisse und Erfahrungen sind Basis für unsere Unterstützung, damit du Selbstvertrauen aufbaust und situativ das Wesentliche tun kannst für dich und dein Baby.

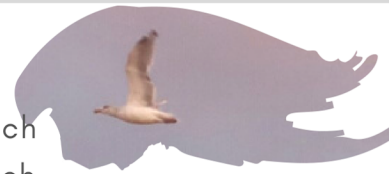
### Kursdaten und Ort:

#### Kurs A

Di 21.03.23 18.30 – 21.00 Zürich  
Di 04.04.23 18.30 – 21.00 Zürich  
So 23.04.23 10.00 – 15.00 Männedorf  
Di 02.05.23 18.30 – 21.00 Zürich  
Di 09.05.23 18.30 – 21.00 Zürich

#### Kurs B

Di 20.06.23 18.30 – 21.00 Zürich  
Di 04.07.23 18.30 – 21.00 Zürich  
So 23.07.23 10.00 – 15.00 Männedorf  
Di 08.08.23 18.30 – 21.00 Zürich  
Di 22.08.23 18.30 – 21.00 Zürich



**Schifflande 10 Zürich / Gufenhaldenweg 4 Männedorf**

### Kursleitung:

**Celia Hollenbach** Pädagogin, EEH Fachberaterin  
Frühbegleitung Familien: Care & Career Coaching  
[www.profound.one](http://www.profound.one) – [info@profound.one](mailto:info@profound.one)  
Tel 079 489 72 81

**Ursula Kuster** EEH – Basic Bonding Begleitung  
Kinderpflegefachfrau, KISPEX Baby-/ Kindbegleitung  
[kuster.ursula@bluewin.ch](mailto:kuster.ursula@bluewin.ch)  
Tel 079 457 89 03