

Ferien mit Baby



*Erholen Sie sich und unterstützen
Sie die Entwicklung Ihres Babys.*



First-Step®: Für die harmonische Entwicklung Ihres Babys

Ein Kind zu bekommen ist das Schönste das es gibt auf der Welt. Sie lieben Ihr Baby und tun alles, damit es ihm gut geht. Und trotzdem gibt es Situationen, die schwierig sind, in denen Sie gerne professionellen Rat und Unterstützung hätten. Dafür bin ich da. Gönnen Sie sich und Ihrem kleinen Schatz eine Auszeit in der Sie sich ausschlafen können und ohne Alltagsstress lernen, welche die nächsten Entwicklungsschritte Ihres Kindes sind und wie sie diese gemeinsam erreichen. Kommen Sie ins wunderschöne Berner Oberland und tanken Sie Kraft in der Natur zwischen Bergen und Seen. Ich verspreche Ihnen, dass Sie und Ihr Baby bei uns eine glückliche Zeit verbringen werden und wertvolle Erfahrungen mit nach Hause nehmen.

Herzliche Grüsse. Heike Joas

Die Angebote sind auf eine Urlaubszeit von 5 – 7 Tage ausgerichtet. Natürlich können alle Lektionen an die individuellen Bedürfnisse von Ihnen und Ihrem Kind angepasst werden. Auch verlängerte Wochenenden sind möglich. Rufen Sie mich unverbindlich an, ich berate Sie gerne.



Länger schlafen – tiefer schlafen – mehr schlafen.

Wer wünscht sich das nicht?

Schlafen ist etwas natürliches das der Körper braucht und trotzdem ist es nicht immer einfach. Gönnen Sie sich und Ihrem Baby eine Woche Schlafunterricht und Ihr Leben wird wieder leichter.

In diesem Kurs haben Sie eine Lektion tagsüber und eine am Abend für guten Schlaf in der Nacht. (z. B. Montag – Freitag)

5 x 2 Lektionen CHF 590.-



Weniger Weinen.

Weint Ihr Baby viel und Sie sind erschöpft? Zögern Sie nicht sich Hilfe zu holen. Nach einigen Lektionen, in denen Sie die Gründe des Weinens verstehen und lernen, wie Sie darauf reagieren können, sieht Ihr Leben wieder fröhlicher aus.

Lektion à 90 min CHF 90.-



Ihr grösster Wunsch: Schlafen!

Endlich mal wieder eine ganze Nacht durchschlafen?

Das ist möglich. Ich hüte Ihr Kind die ganze Nacht, bis Sie wirklich ausgeschlafen haben.

Gleichzeitig können Sie sich darauf verlassen, dass ich mit viel Einfühlungsvermögen und professionellem Wissen auch Ihrem Baby zu einer guten Nacht ver helfe.

Preis pro Nacht CHF 190.-



Zeit für sich – alleine oder zu zweit.

Sie lieben Ihr Kind. Trotzdem ist es wichtig, dass Sie sich auch Zeit für sich und Ihren Partner gönnen – ohne mit einem Ohr immer beim Baby zu sein. Geben Sie für ein paar Stunden die Verantwortung ab. Ich kümmerge mich liebevoll und professionell um Ihren kleinen Schatz.

Preis pro Stunde CHF 25.-



Mama, ich möchte Rollen.

Erfahren Sie, welche Voraussetzungen Ihr Baby braucht, um zu rollen und wie Sie ihm helfen können, diese auf fröhliche, spielerische Weise zu erlangen. Bauchlage und Rollen sind die Voraussetzungen für gut organisiertes Kriechen und Krabbeln. Dies verhilft Ihrem Kind zu sicherem Laufen.

5 Lektionen à 1 Stunde CHF 390.-



Wie geht Krabbeln?

Lernen Sie, welche Voraussetzungen Ihr Baby braucht um zu krabbeln und wie Sie ihm helfen können, diese auf fröhliche, spielerische Weise zu erlangen. Während der Stunden erfahren Sie auch, welchen Einfluss das Krabbeln auf feinmotorische Tätigkeiten, wie schreiben und malen hat. Besonders wichtig ist der psychologische Effekt, den das Krabbeln hat: während dieser Phase lernen die Kinder Hindernisse zu überwinden – was essenziell wichtig für das ganze Leben ist!

5 Lektionen à 1 Stunde CHF 390.-



Es ist Zeit zu Laufen.

Hochziehen und Aufstehen klappt schon ganz gut. Aber wenn das Kind zurück auf den Boden möchte, fällt es hin... Kein Problem – auch das kann man lernen. Die Übungen werden zusätzlich positive Auswirkungen auf andere Bereiche haben.

5 Lektionen à 1 Stunde CHF 390.-



Umgang mit Frustration

Vielleicht ist Ihr Kind frustriert, weil es sich nicht so bewegen kann wie es gerne möchte – und deswegen die Spielsachen nicht erreicht, die so verlockend aussehen. Oder Sie sind frustriert, weil das Leben mit Kind nicht immer nur Freude bereitet. Auch dafür bin ich da. Es ist kein Zeichen von Schwäche, zuzugeben, dass man nicht alles gleichzeitig schafft. Nein – es ist ein Zeichen von Stärke es zuzugeben und sich Hilfe zu holen.

5 Lektionen à 1 Stunde CHF 390.-



Bitte Papa, spiel mit mir!

„Der Tag ist sooo lang und ein Säugling kann ja noch gar nichts spielen. Was mache ich nur den ganzen Tag mit ihm?“ Diese Frage stellen sich viele Eltern – besonders Väter. Hier bekommen Sie schöne Ideen, was Sie mit Ihrem kleinen Schatz spielen können. Gleichzeitig sind diese Spiele eine gute sensorische und motorische Förderung seiner Entwicklung. Sie gewinnen also doppelt.

Lektion à 60 min CHF 90.-

Der First-Step Raum

Ein Raum zum Spielen, Lernen, Wohlfühlen und Schlafen. Sehr friedlich und mit viel Ruhe. Er liegt gleich unterhalb Ihrer Unterkunft und ist in 3 Minuten zu Fuss zu erreichen.



Sigriswil im Berner Oberland

Sigriswil ist ein Kraftort auf 900 Meter Höhe – im Sommer mit Blick auf den See, im Herbst und Frühling über dem Nebel gelegen. Geniessen Sie diese herrliche Aussicht sowohl aus dem First-Step Raum als auch aus Ihrer Unterkunft. Hier finden Sie Ruhe und können neue Energie tanken.

Ihre Unterkunft mit Seeblick

Das Haus mit der komfortabel ausgestatteten Ferienwohnung liegt wenige Meter oberhalb des First-Step Raumes. Angebot und Preise finden Sie auf www.kreativkurs.org/ferienwohnungen Ihre Gastgeber Elisa Daubner & Marcus Richmann heissen Sie herzlich willkommen.

*Untere Feldenstr. 17, 3655 Sigriswil, Schweiz
Tel: +41 79 603 34 49
Mail: kreativkursorg@gmail.com*



PS: Wir machen Ihnen das Reisen leicht:

Kinderbett, Wasserkocher, Stillkissen, Babybadewanne und Wickelaufgabe sind vorhanden. Wenn Sie zusätzliche Wünsche haben, sprechen Sie mit uns. Wir werden alles tun, Ihren Aufenthalt bei uns so angenehm wie möglich zu gestalten.



move2smile

Move to smile: Das ist mein Versprechen an Sie. Gönnen Sie sich Ferien mit Baby. Sie habe es verdient.

Herzlich und respektvoll. Ihre Heike Joas, First-Step Instruktorin

*Endorfhohle 17, 3655 Sigriswil, Schweiz
Tel: +41 79 544 99 74, Mail: first-step@heike-joas.com
www.move2smile.org, www.firststepmethod.com/heike-joas*