

## Mein Name ist Julia Klamke

und ich bin von Beruf Kauffrau im Groß- und Außenhandel. Trageberaterin wurde ich durch eine Schulung der Trageschule NRW.

Ich selbst kam zum Tragen, weil unsere Tochter nur sehr ungern im Kinderwagen lag. Noch dazu empfahl unsere Hebamme uns eine Tragehilfe, nachdem wir sie verzweifelt gefragt hatten, was wir noch tun könnten, damit unsere Tochter nicht permanent schreit. Die Tragehilfe war eine große Hilfe, dennoch war ich nicht so zufrieden wie ich mir das gewünscht hatte. Während eines Babymassagekurses lernte ich Stefanie mit ihrer Tochter und dem TUCH kennen! Ich war sofort begeistert, wie das Baby im Tuch saß. Tja, schön und gut, aber könnte ich so ein Tuch überhaupt binden, soviel Stoff?! Nach ein paar Treffen dachte ich mir: ich probiere es mal. Ein Auslaufmodell bestellt und hoffen, dass es klappt. Stefanie hat sich natürlich angeboten beim Binden zu helfen.

Wow, das war genau das, wonach meine Tochter und ich gesucht hatten!

Ich möchte Ihnen gerne dabei helfen, nicht am Tuch zu verzweifeln und Ihre persönliche „Tragefreude“ zu finden.



## Wir bieten Ihnen:

### Individuelle Trageberatung:

Eine auf Sie und Ihre Fragen persönlich abgestimmte Beratung. Sie probieren verschiedene Möglichkeiten aus und finden ohne Risiko Ihre passende Trageart mit dem Alter Ihres Kindes entsprechenden Wickeltechniken und Tragehilfen.

### Beratung in Kleingruppen:

Eine Beratung in angenehmer Atmosphäre mit max. 4-5 Personen (beispielsweise mit Ihrem Partner, Ihren Freundinnen oder anderen Müttern). Sie ermöglicht Praxisnähe und erhöht den Übungseffekt von passenden Wickeltechniken oder der Nutzung von verschiedenen Tragehilfen.

### Schnupperkurse:

Sie wollen wissen, was „Tragen“ bedeutet und wie Tragetücher und Tragehilfen aussehen. Sie sind sich noch nicht schlüssig oder Sie möchten einfach mal ausprobieren. Dann ist dies das richtige Angebot für Sie.

### In Rheinberg:

#### Julia Klamke

Trageberaterin

Tel.: 0175 / 85 14 789

Julia.Klamke@Tragefreude.de

### In Duisburg (Homberg):

#### Stefanie Menzenbach

Trageberaterin/Gesundheitstrainerin

Tel.: 0151 / 23 38 10 35

Stefanie.Menzenbach@Tragefreude.de



Tragefreude.de



# Haben Sie heute schon Ihr Kind getragen?



## Warum Tragen ?

- Haben Sie schon beobachtet, **dass Kinder sich beruhigen**, wenn sie von den Eltern auf den Arm genommen werden ?
- Tragen fördert und stärkt nachhaltig die **Eltern-Kind-Beziehung**.
- Babys fühlen sich **getragen sicher und geborgen**, denn sie werden an die Enge und den Halt im Mutterleib erinnert.
- Menschen sind physiologische Frühgeburten und das Tragen „verlängert“ die Schwangerschaft **gerade für Frühgeborene** künstlich.
- Sie haben **beide Hände frei** und können so vieles entspannter angehen bzw. Ihren Alltag einfacher und gewohnter erledigen.
- Alle **Sinne Ihres Kindes** werden durch das Tragen angesprochen.
- Getragene **Babys schreien nachweislich weniger** aufgrund der Zufriedenheit durch den wohligen Körperkontakt.
- Ihr Kind kann sich, wenn es ihm zu viel wird, **einfach zurückziehen** und sich so selbstständig vor Reizüberflutung schützen oder aus der Sicherheit der Körpernähe heraus **neugierig die Welt betrachten**.
- Mit Tuch oder Tragehilfe können Sie **ganz mobil und unkompliziert überall hin**. Der nächste Weihnachtsmarkt, unwegsame Bergpfade im Urlaub oder Sandstrände stellen **keine Hindernis-Parcours** mehr dar und die Nutzung von Bus & Bahn wird zum **Kinderspiel**.

## Warum Trageberatung ?

### Können sie eine der folgenden Fragen mit einem „Ja“ beantworten ?

- Ich weiß nicht, ob „Tragen“ etwas für mich ist oder wo die Vorteile liegen?
- Ich möchte mein Baby tragen, aber mir ist nicht klar, welches Tuch oder welche Tragehilfe zu mir, meinem Kind und/oder zu meinem Partner/meiner Partnerin passt?
- Ich habe ein Tuch oder eine Tragehilfe und bin trotz Anleitung unsicher oder unzufrieden?
- Ich fühle mich unsicher, weil ich das Gefühl habe, dass das Baby aus dem Tuch rutscht?
- Ich will mich einfach nur vergewissern, ob ich mein Tuch richtig gebunden habe oder ob es noch alternative Techniken/Tragehilfen gibt?
- Ich möchte neue oder einfach mehr Bindetechniken erlernen?

### Unsere Angebote und Möglichkeiten:

- Das Ausprobieren verschiedener Tücher und Tragehilfen ist während einer Trageberatung möglich.
- Sie erfahren mehr Fakten und Hintergründe zum Thema „Tragen“.
- Sie üben erst einmal mit einer Puppe und dann mit Ihrem Baby.
- Sie können verschiedene Tücher oder Tragehilfen zum Testen im Alltag gegen Gebühr ausleihen.
- Und auch sehr wichtig:

*Sie vermeiden sinnlose Fehlkäufe teurer Produkte, die nicht zu Ihnen passen!*

### Mein Name ist Stefanie Menzenbach

und ich bin von Beruf Krankenschwester und Gesundheitstrainerin. Zur Trageberaterin wurde ich durch die Trageschule NRW ausgebildet.

Meine Tochter brachte mich zum TRAGEN. Natürlich war ich auf das erste Kind vorbereitet: Kinderwagen, Bett, Krabbeldecke und mehr. Doch dass meine Tochter nicht alleine liegen wollte, damit hatte ich nicht gerechnet. Allerdings war sie zufrieden, wenn sie getragen wurde. Durch das Tuch fand sie trotz Koliken zur Ruhe und ich konnte meine alltäglichen Aufgaben mit 2 freien Händen erledigen. An kalten Wintertagen - mit Eis und Schnee in Knöchelhöhe - stockten viele mit ihren Kinderwagen. Wir aber konnten das herrliche Winterwetter draußen genießen.

Inzwischen ist meine Tochter schon über ein Jahr alt und fährt nicht nur gerne in ihrem Buggy, sondern trägt heute noch das Tuch oder eine Tragehilfe zu mir, wenn sie getragen werden möchte. Wenn sie krank, müde oder überreizt ist, lässt sie sich besonders gerne tragen. Das schöne Gefühl des Tragens möchte ich gerne weitergeben und Ihnen helfen ihre eigene „Tragefreude“ zu finden.

