



# Klinik für Geburtshilfe und Perinatologie

## ELTERN SCHULE KURSE 2012



# INHALTSVERZEICHNIS

VORWORT	03
DIE GEBURTSHILFLICHE ABTEILUNG STELLT SICH VOR	04
<b>SPRECHSTUNDE</b>	
TELEFONSPRECHSTUNDE DER ELTERNSCHULE	06
SPRECHSTUNDE FÜR GEBURTSPLANUNG SOWIE SCHWANGERSCHAFTS- UND GEBURTSRISIKEN	06
HEBAMMENSPRECHSTUNDE / ANMELDUNG ZUR GEBURT	06
<b>ANGEBOTE IN DER SCHWANGERSCHAFT</b>	
FITNESSTRAINING IN DER SCHWANGERSCHAFT	08
AQUA-FIT	08
GEBURTSVORBEREITENDE KURSE	09
GEBURTSVORBEREITENDER WOCHENEND-CRASHKURS (FÜR PAARE)	10
TIEFENENTSPANNUNG DURCH SELBSTHYPNOSE	10
GEBURTSVORBEREITENDE AKUPUNKTUR	11
QIGONG IN UND NACH DER SCHWANGERSCHAFT	11
<b>ANGEBOTE NACH DER GEBURT</b>	
RÜCKBILDUNGSGYMNASTIK	13
AQUA-RÜCKBILDUNGSKURS	13
RÜCKBILDUNG NACH DEM PILATESKONZEPT	14
STILLBERATUNG	14
ELTERNCAFÉ	15
HARMONISCHE BABYMASSAGE	15
BABYMASSAGE	16
BABYSCHWIMMEN	16
PEKIP	17
ZWILLINGSPEKIP	17
ENTWICKLUNGSBEGLEITENDE BERATUNG	17
SYSTEMISCHE FAMILIENTHERAPIE/SUPERVISION	18
SPIELMOTORIK AB 1 JAHR	18
<b>INFORMATIONSENTWICKLUNG</b>	
INFORMATIONSENTWICKLUNG ÜBER SCHWANGERSCHAFT UND GEBURT FÜR WERDENDE ELTERN (MIT KREIßSAALFÜHRUNG)	20
INFORMATIONSENTWICKLUNG ÜBER SÄUGLINGSPFLEGE UND WICKELKURS	20
NOTFÄLLE IM KINDESALTER	20
BEIKOST	21
SCHWANGERSCHAFTSBEGLEITUNG	21
KINDER SICHER IM AUTO	22
KLASSISCHE HOMÖOPATHIE IN DER JUNGEN FAMILIE	22
SICHERE SCHLAFUMGEBUNG	23
MEILENSTEINE DER ENTWICKLUNG / SCHRITT FÜR SCHRITT INS LEBEN STOLPERN	23
TRAGEN - WARUM? WIE? UND WOMIT?	24
*KISS ODER NICHT !?	24
ANMELDEFORMULAR	25
WICHTIGE TELEFONNUMMERN	27



„Jedem Anfang wohnt  
ein Zauber inne ...

... und sollte behutsam  
begleitet werden.“

## Liebe (werdende) Eltern,

vor Ihnen liegt eine spannende Zeit in der viele Fragen aufkommen können. In unserer Elternschule geben wir Ihnen Raum für Begegnungen und Austausch in familiärer Atmosphäre und geben Zeit für Ihre Anliegen und Fragen. Unser Angebot umfasst die Vorbereitung auf die Geburt und Elternzeit, Betreuung im Wochenbett und viele Informationsveranstaltungen darüber hinaus.

Wir freuen uns Sie in der Elternschule des Marien-Hospital Witten begrüßen zu dürfen und wünschen Ihnen eine schöne Schwangerschaft und eine erfüllte Elternzeit.

Ihr Team der Elternschule  
und die Hebammen des Marien-Hospitals Witten

# DIE GEBURTSHILFLICHE ABTEILUNG STELLT SICH VOR



*Chefarzt Prof.  
Dr. med. Hatzmann*



*Oberarzt  
Dr. med. Bartzsch*



*Oberärztin Dr. med.  
Schmidt-Velser*



*Oberarzt Priv.-Doz.  
Dr. med. Schiermeier*



*Leitende Hebamme  
Beate Schulte*



*Stillberaterin  
Susanne Trösken*



*Chefarzt. Dr. Becker  
(Kinderklinik)*

Informationsabende über Schwangerschaft und Geburt für werdende Eltern mit anschließender Kreißsaalführung.

**Termine** 12.01., 09.02., 08.03., 12.04.,  
10.05., 14.06., 12.07., 09.08.,  
13.09., 11.10., 08.11., 13.12..

**Kurs** Beginn 18.00 Uhr,  
Ohne Voranmeldung

**Ort** Gebäude B,  
Konferenz- und Medienraum



SPRECHSTUNDEN

## TELEFONSPRECHSTUNDE DER ELTERN SCHULE

Während unserer Telefonsprechstunde, und auch per E-Mail, haben Sie Gelegenheit sich für unsere Veranstaltungen anzumelden und dazu Fragen zu stellen. Ausserdem können Sie mit einer Hebamme über die Geburt, den Kreißsaal und alle anderen Anliegen sprechen.

<b>Sprechzeiten</b>	Dienstags 14.00 bis 17.30 Uhr Donnerstags 09.00 bis 16.00 Uhr
<b>Telefon</b>	02302/ 173-19 32
<b>E-Mail</b>	elternschule@marien-hospital-witten.de

## SPRECHSTUNDE FÜR GEBURTSPLANUNG SOWIE SCHWANGERSCHAFTS- UND GEBURTSRISIKEN

### Information und Anmeldung

<b>Telefon</b>	02302/ 173-1337
<b>Termine</b>	Mittwochs nach telefonischer Vereinbarung!

## HEBAMMENS PRECHSTUNDE / ANMELDUNG ZUR GEBURT

ab. 30 Schwangerschaftswoche

<b>Termine</b>	Dienstags 9.00 bis 11.00 Uhr 13.30 bis 15.30 Uhr ohne Voranmeldung
<b>Ort</b>	1. OG Zimmer 411, am Kreißsaal, Hauptgebäude



ANGEBOTE IN DER  
SCHWANGERSCHAFT

## **FITNESSTRAINING IN DER SCHWANGERSCHAFT**

### **ab 20. Schwangerschaftswoche**

Natürliche Bewegungsreize kräftigen nicht nur den aktiven Bewegungsapparat der Schwangeren sondern unterstützen auch die Entwicklung des Kindes. Die in der Schwangerschaft beanspruchten Muskelgruppen wie Rücken, Rumpf, Bauch und Beckenboden werden durch ein dosiertes und kombiniertes Stretching- und Bewegungstraining sensibilisiert und stabilisiert.

**Leitung** Physiotherapeutin Angelika Baldeweg

#### **Information und Anmeldung**

Telefon 02302/ 32550

Mo. - Fr. 7.30 bis 8.00 Uhr

zu den übrigen Zeiten Anrufbeantworter

**Kurse** jeden Montag (8x)

17.30 bis 18.30 Uhr

**Kosten** 50 EURO

**Ort** Elternschule, Gebäude C

### **AQUA-FIT ab 20. Schwangerschaftswoche**

Im Wasser wird die gesamte Muskulatur gekräftigt und trainiert, dies bewirkt eine erhöhte Leistungsfähigkeit. Die gezielte Bewegung beugt Schwangerschaftsbeschwerden vor und kann bestehende lindern. Auch das Kind profitiert, seine gesamte Entwicklung wird gefördert.

**Leitung** Hebamme Frau Hoffmann

#### **Information und Anmeldung**

jeden Mittwoch 17.00 bis 18.00 Uhr

Telefon 02302/173-19 32

Privat 02302/30885 (bitte auf AB sprechen!)

E-Mail regine-hoffmann@t-online.de

**Kurse** jeden Dienstag

Kurs 1 17.00 bis 18.00 Uhr

Kurs 2 18.00 bis 19.00 Uhr

**Ort** Badeabteilung des  
Marien-Hospitals Witten



## GEBURTSPREBEREITENDE KURSE

ab 28. Schwangerschaftswoche

In diesen Kursen wird durch Aufklärung des Geburtsvorganges, sowie verschiedenste Übungen, die körperliche und seelische Vorbereitung auf die Geburt trainiert. Ausserdem beinhalten die Kurse Massage- und Entspannungsübungen, sowie gezielte Atemtechniken, um zu einer schmerzarmen und angstfreien Entbindung zu gelangen. Es handelt sich um einen fortlaufenden Kurs mit 10 verschiedenen Themen, bei dem der Partner gerne eingebunden wird.

**Leitung** Hebamme Frau Hoffmann

### Information und Anmeldung

jeden Mittwoch 17.00 bis 18.00 Uhr

Telefon 02302/173-19 32

Privat 02302/30885 (bitte auf AB sprechen!)

E-Mail regine-hoffmann@t-online.de

**Kurse** jeden Dienstag  
Kurs 1 17.00 bis 18.00 Uhr  
Kurs 2 18.00 bis 19.00 Uhr

**Kurse** jeden Mittwoch  
Kurs 1 18.00 bis 19.00 Uhr (*nur Frauen*)  
Kurs 2 19.00 bis 20.00 Uhr  
Kurs 3 20.00 bis 21.00 Uhr

jeden Freitag  
Kurs 1 18.00 bis 19.00 Uhr  
Kurs 2 19.00 bis 20.00 Uhr

**Ort** Elternschule, Gebäude C

## GEBURTSVORBEREITENDER WOCHENEND-CRASHKURS FÜR PAARE

Hier erhalten Sie gebündelt alle Informationen rund um die Geburt, das Wochenbett und die Stillzeit.

<b>Leitung</b>	Hebamme Ina Heimes
<b>Information und Anmeldung</b>	
Telefon	02302/173-1932
<b>Sprechzeiten</b>	Dienstags 14.00 bis 17.30 Uhr Donnerstags 09.00 bis 16.00 Uhr
<b>Termine</b>	<b>auf Anfrage</b> Samstag 10.00 bis 14.00 Uhr Sonntag 10.00 bis 14.00 Uhr
<b>Ort</b>	Elternschule, Gebäude C

## TIEFENENTSPANNUNG DURCH SELBSTHYPNOSE ab 28. Schwangerschaftswoche

Durch die Technik der Selbsthypnose können Sie mögliche Ängste vor der Geburt reduzieren, die Wehentätigkeit positiv beeinflussen und die Beziehung zu Ihrem Kind intensivieren.

Ab der 30. SSW erlernen Sie in der Gruppensitzung (je 1,5 Std.) die Technik der Selbsthypnose

<b>Leitung</b>	Assistenzärztin Frau Espeloer
<b>Information und Anmeldung</b>	
Telefon	02302/ 173-19 32
<b>Sprechzeiten</b>	Dienstags 14.00 bis 17.30 Uhr Donnerstags 09.00 bis 16.00 Uhr
<b>Termine</b>	Freitags (4x) - <b>kostenfrei!</b> 11.00 bis 12.30 Uhr, nach Absprache
<b>Ort</b>	Elternschule, Gebäude C

## GEBURTSVORBEREITENDE AKUPUNKTUR

ab 36. Schwangerschaftswoche

<b>Leitung</b>	Hebammen Marion Viehl Jessica Welsche Lena Weinberger-Schüngel
----------------	---

### Information und Anmeldung

Telefon 02302/ 173-19 32

**Termine** Donnerstagvormittags  
(unter Voranmeldung)

**Ort** Elternschule, Gebäude C

## QIGONG IN UND NACH DER SCHWANGERSCHAFT

Ruhe, Kraft und Energie für Mutter und Kind.

Zhineng Qigong ist eine uralte Heilmethode, die vom chniesischen Staat als eine der effektivsten medizinischen Qigong Formen anerkannt wurde. Im Mittelpunkt steht die Basisübung, eine Meditation, sowie eine Kräftigungsübung und die Aktivierung der Selbstheilungskräfte.

Ob jung oder alt, gesund oder krank, alle Bewegungsabläufe sind langsam, fließend und für jeden leicht zu erlernen.

Der Körper entgiftet, alle Zellen werden mit Sauerstoff versorgt und das Immunsystem wird aktiviert. Qigong heilt sanft, erhöht die Lebensqualität, schenkt Entspannung, Vitalität und Gesundheit.

**Leitung** Heilpädagogin Angela Schenk

### Information und Anmeldung

Telefon 02302/72152  
[www.qigong-schenk.de](http://www.qigong-schenk.de)

**Kurse** Donnerstag (8x)  
10.00 bis 11.30 Uhr

**Kosten** 95 EURO\*  
(\*inklusive CD zum Üben für zuhause)

**Ort** Elternschule, Gebäude C



ANGEBOTE NACH  
DER GEBURT



## RÜCKBILDUNGSGYMNASTIK

Die Rückbildungsgymnastik kräftigt die Beckenbodenmuskulatur um die Stützfunktion des Beckenbodens wieder voll aufzunehmen und wirkt Senkungsbeschwerden entgegen. Eine gezielte Wahrnehmung des Beckenbodens wird gefördert und Verspannungen werden gelöst. Der ideale Zeitpunkt ist ca. 8 Wochen nach der Entbindung, denn nun sind körperliche und hormonelle Umstellungen im Körper abgeschlossen.

Es handelt sich um einen aufbauenden Mutter-Kind-Kurs.

**Leitung** Hebamme Lena Weinberger-Schüngel

### Information und Anmeldung

Telefon 02302/173-19 32

**Kurs** jeden Mittwoch (10x)  
09.30 bis 10.30 Uhr

**Ort** Elternschule

## AQUA-RÜCKBILDUNGSKURS

Alle Körperregionen, die durch die Geburt besonders beansprucht worden sind, werden gezielt aufgebaut. Das Herz-Kreislaufsystem wird gekräftigt und der besonders sensible Beckenboden wird durch verschiedenste Übungen trainiert.

Es handelt es sich um einen aufbauenden Kurs.

**Leitung** Hebamme Frau Hoffmann

### Information und Anmeldung

jeden Mittwoch 17.00 bis 18.00 Uhr

Telefon 02302/173-19 32

Privat 02302/30885 (bitte auf AB sprechen!)

E-Mail regine-hoffmann@t-online.de

**Kurse** jeden Dienstag  
Kurs 1 17.00 bis 18.00 Uhr  
Kurs 2 18.00 bis 19.00 Uhr

**Kurse** jeden Samstag (10x)  
Kurs 1 10.00 bis 11.00 Uhr  
Kurs 2 11.00 bis 12.00 Uhr

**Ort** Badeabteilung des  
Marien-Hospitals Witten



## RÜCKBILDUNG NACH DEM PILATESKONZEPT

Beginn ca. 4-12 Wochen nach der Geburt

Das Therapiekonzept ist eine ganzheitliche Körpermethode und unterstützt die Rückbildungsvorgänge im Körper: sichern der Körperstatik, Atemwahrnehmung, Beckenbodenwahrnehmung und -kräftigung, Förderung der Beweglichkeit.

**Leitung** Physiotherapeutin Angelika Baldeweg

### Information und Anmeldung

Telefon 02302/32550

Mo. - Fr. 7.30 bis 8.00 Uhr

zu den übrigen Zeiten Anrufbeantworter

**Kurs** jeden Montag (8x)

Grundkurs 18.30 bis 19.45 Uhr

Aufbaukurs 19.45 bis 20.45 Uhr

**Kosten** Grundkurs 60 EURO

Aufbaukurs 50 EURO

(Die Kursgebühr wird von den meisten gesetzlichen Krankenkassen zu 80% übernommen.)

**Ort** Elternschule

## STILLBERATUNG

Die Stillberatung soll Ihnen und Ihrem Baby helfen eine zufriedene, harmonische Stillbeziehung aufzubauen. Bei aufkommenden Problemen kann Ihnen die Stillberatung Unterstützung und Antwort auf Ihre Fragen geben.

**Leitung** Susanne Trösken

Telefon 02302/173-3116

**Sprechzeiten** täglich von 08.00 bis 16.30 Uhr

## ELTERNCAFÉ

Hier können „frischgebackene“ Eltern Erfahrungen austauschen und fachkompetente Beratung zum Stillen, Füttern, Entwicklung des Kindes, Schlafrythmus, Muttermilch-sammeln, etc. erhalten.

Leitung	Hebamme Katja Dohmann
Termine	jeden Mittwoch ( <i>außer in den Ferien</i> ) 10.00 bis 12.00 Uhr ohne Voranmeldung
Ort	Elternschule

**Jeden ersten Mittwoch im Monat im Elterncafé:**  
(*außer in den Ferien*)

„Offene Sprechstunde zur craniosacralen/osteopathischen Behandlung von Säuglingen und jungen Müttern“

Sie haben die Möglichkeit mit Ihren Fragen und Beschwerden direkt in die offene Sprechstunde zu kommen, Ihr Kind untersuchen zu lassen und für sich oder Ihr Kind direkt einen Behandlungstermin im Anschluss oder in der Praxis zu machen.

Leitung	Heilpraktikerin Melanie Person (Naturheilpraxis für Craniale Osteopathie, Osteopathie, Homöopathie)
---------	---

## HARMONISCHE BABYMASSAGE

ab der 8. Lebenswoche bis zum 4. Monat

Die Babymassage bietet gemeinsam mit dem Kind viel Zeit für Berührung, Bewegung und den Austausch mit anderen Eltern. Traditionelle indische Babymassage fördert die sensorische und motorische Entwicklung des Kindes, kann Koliken, Blähungen und Spannungen auf sanfte Weise lindern und ist zärtliche Nahrung für die Sinne. Es handelt sich um einen aufbauenden Kurs für 6-8 Teilnehmerinnen.

Leitung	Hebamme Rebecca Polla
<b>Information und Anmeldung</b>	
Telefon	02302/173-19 32
Kurse	jeden Dienstag (5x) Kurs 1 11.15 bis 12.15 Uhr Kurs 2 10.00 bis 11.00 Uhr
Kursgebühr	55 Euro
Ort	Elternschule



## **BABYMASSAGE (nach Leboyer)**

ab der 9. Lebenswoche bis zum 5. Monat

Die Babymassage fördert das körperliche und seelische Wohlbefinden, stärkt die emotionale Bindung zwischen Eltern und Kind, vermittelt Zuwendung und Geborgenheit. Die Massage gibt ein Gefühl für den eigenen Körper, lockert, dehnt, kräftigt und entspannt die Muskulatur, löst Blähungen und erzeugt einen Rundum-Wohlgefühl! Es handelt sich um einen aufbauenden Kurs für 3 Babies und Mutter (Vater).

**Leitung** Kinderkrankenschwester Emmicclair Rad

### **Information und Anmeldung**

**Telefon** 0234/9272948

**Kurse** jeden Mittwoch (5x)  
10.00 bis 11.30 Uhr  
16.00 bis 17.30 Uhr

**Kursgebühr** 70 Euro

**Ort** Hauptstraße 209d  
44892 Bochum

## **BABYSCHWIMMEN**

**Leitung** Bianka Reichstein

### **Information und Anmeldung**

**Telefon** 02304/890350  
[www.aquaredo.de](http://www.aquaredo.de)

**Kurse** Mittwoch 16.00 bis 17.00 Uhr  
Freitag 12.00 bis 19.00 Uhr  
Samstag 12.00 bis 17.00 Uhr

**Ort** Badeabteilung

## PEKIP

Die Spiel- und Bewegungsanregungen berücksichtigen die freie und selbstständige Bewegung des Babys im ersten Lebensjahr, seine Stimmungen und Bedürfnisse. Die Kontakte in der Gruppe ermöglichen es Ihnen, Ihre Erfahrungen auszutauschen und Informationen rund um den Alltag mit dem Kind zu erhalten.

Die Gruppen bestehen aus 6 bis 8 Teilnehmer/-innen mit Ihren Babys. Sie werden altersentsprechend zusammengesetzt und können über das gesamte erste Lebensjahr besucht werden.

Leitung                      Mirjam Gerigk  
                                    Birgit Westhues  
                                    Britta Guhl

Information und Anmeldung  
                                    telefonisch bei den Kursleitern

Kursgebühr                85 EURO (10 Termine)

Ort                            Elternschule

## ZWILLINGSPEKIP

Leitung                      Britta Guhl

Information und Anmeldung  
                                    telefonisch bei den Kursleitern

Ort                            Elternschule

## ENTWICKLUNGSBEGLEITENDE BERATUNG

für Eltern mit Kindern von 0 bis 3 Jahren

Der Alltag mit einem Säugling oder Kleinkind stellt viele Anforderungen an die Eltern. Nicht immer sind die Signale und Bedürfnisse des Kindes eindeutig zu „lesen“. Auch das kleine Kind muss sich immer wieder aufs Neue seinen Umweltbedingungen anpassen.

Im Mittelpunkt der Entwicklungspsychologischen Beratung steht das Kind mit seinen Fähigkeiten, aber auch die Wünsche und Bedürfnisse der Eltern. Wir gehen intensiv auf ihre persönliche Situation ein und finden gemeinsam umsetzbare Lösungen

Leitung                      Mirjam Gerigk

Information und Anmeldung  
                                    telefonisch bei den Kursleitern

Ort                            Elternschule

## **SYSTEMISCHE FAMILIENTHERAPIE/ SUPERVISION**

Paarberatung und Familientherapie

Leitung	Marcus Guhl
Termine	nach Vereinbarung
Ort	Elternschule

## **SPIELMOTORIKGRUPPE ab 1 Jahr**

In unseren Spielgruppen treffen sich 8 bis 10 Mütter/Väter mit ihren Kindern. Im Mittelpunkt steht die Freude an der gemeinsamen Aktivität, die durch altersgerechte Spiel- und Bewegungsanregungen gefördert wird. Lieder und Fingerspiele runden die Stunde ab.

Leitung	Mirjam Gerigk
Information und Anmeldung	telefonisch bei den Kursleitern
Ort	Elternschule

### **Mirjam Gerigk**

Dipl.-Sozialpädagogin, PEKiP-Gruppenleiterin,  
Bewegungspädagogin

Telefon 02302/2027368

### **Birgit Westhues**

Dipl.-Sozialpädagogin, Dipl.-Heilpädagogin,  
PEKiPGruppenleiterin

Telefon 02302/275267

### **Britta Guhl**

Kleinkindpädagogin, PEKiP-Gruppenleiterin,  
Kreativtherapeutin i.A.

Telefon 02302/1729061

### **Markus Guhl**

Dipl.-Sozialpädagoge, systemischer Familientherapeut,  
Supervisor

Telefon 02302/1729061



INFORMATION-  
ABENDE



## INFORMATIONSPRESENZ ÜBER SCHWANGERSCHAFT UND GEBURT FÜR WERDENDE ELTERN (mit anschließender Kreißsaalführung)

Leitung	Prof. Dr. med. Wolfgang Hatzmann
Termine	12.01., 09.02., 08.03., 12.04., 10.05., 14.06., 12.07., 09.08., 13.09., 11.10., 08.11., 13.12.
Kurs	Beginn 18.00 Uhr, Ohne Voranmeldung
Ort	Gebäude B, Konferenz- und Medienraum

## INFORMATIONSPRESENZ ÜBER SÄUGLINGSPFLEGE UND WICKELKURS

Es werden Ihnen Informationen über die ersten Lebenstage des Neugeborenen im Krankenhaus, sowie theoretische wie auch praktische Tipps zur Säuglingspflege, Ernährung, Babyausstattung, u.v.m., gegeben.

Leitung	Kinderkrankenschwester Emmiclair Rad
Termine	26.01., 23.02., 29.03., 26.04., 31.05., 28.06., 26.07., 30.08., 27.09., 25.10., 29.11., 20.12.
Kurs	Beginn um 18.00 Uhr ohne Voranmeldung
Ort	Gebäude B, Konferenz- und Medienraum

Bei den folgenden Infoabenden bitten wir um rechtzeitige Anmeldung, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.

## NOTFÄLLE IM KINDESALTER

Sie erlernen wichtige erste Maßnahmen bei den häufigsten Unfällen im Alltag zu ergreifen, wie man Unfälle vermeidet und Kinder schützt.

\*Es handelt sich hierbei um keinen „Erste-Hilfe-Kurs“.\*

Leitung	Ltd. Oberarzt Dr. B. Gharavi
Information und Anmeldung	
Telefon	02302/ 173-19 32
Sprechzeiten	Dienstags 14.00 bis 17.30 Uhr Donnerstags 09.00 bis 16.00 Uhr
Termine	31. Januar 2012 um 18.00 Uhr 28. August 2012 um 18.00 Uhr
Kosten	4 EURO
Ort	Gebäude B, Konferenz- und Medienraum



## BEIKOST

Praktische Informationen erleichtern Ihnen und Ihrem Kind den Übergang vom Stillen zur festen Nahrung. Fragen zur Einführung von Beikost, zur Herstellung des ersten Breies werden beantwortet.

**Leitung** Hebamme Christina Sarbok-Pohl

### Information und Anmeldung

Telefon 02302/ 173-19 32

**Sprechzeit** Dienstags 14.00 bis 17.30 Uhr  
Donnerstags 09.00 bis 16.00 Uhr

**Termine** 12. März 2012 um 18.00 Uhr  
23. Oktober 2012 um 18.00 Uhr

**Kosten** 4 EURO

**Ort** Gebäude B, Konferenz- und Medienraum

## SCHWANGERSCHAFTSBEGLEITUNG

Mit Craniosacraler Osteopathie - sanft und sicher behandeln

Hilfe bei Überlastung und Stress, zum Ausgleich des Nervensystems, Begleitbehandlungen bei Beschwerden in der Schwangerschaft und Geburtsvorbereitung. Wie kann diese alternative Behandlung helfen, welche Auswirkung haben Stresshormone auf das Baby und was ist osteopathische Geburtsvorbereitung? Diese Themen werden besprochen und Sie haben die Möglichkeit Fragen zu stellen.

**Leitung** Heilpraktikerin Melanie Person

### Information und Anmeldung

Telefon 02302/ 173-19 32

**Sprechzeiten** Dienstags 14.00 bis 17.30 Uhr  
Donnerstags 09.00 bis 16.00 Uhr

**Termine** 08. Mai um 18.00 Uhr  
11. Dezember 2012 um 18.00 Uhr

**Kosten** 4 EURO

**Ort** Gebäude B, Konferenz- und Medienraum

## „KINDER sicher im Auto“

### Wir informieren über:

- Unfallrisiken und Unfallfolgen für ungesicherte Kinder im PKW
- Gesetzliche Vorschriften, Überwachung und Sanktionen
- Sicheres Ein- und Aussteigen
- Richtige Platzierung des Kinderrückhaltesystems im Fahrzeug
- Beförderung mehrerer Kinder / Fahrgemeinschaft
- Qualitätskriterien beim Kauf eines Kinderrückhaltesystems
- Umgang mit Widerständen von Kindern

**Leitung** Herr Martini, Moderator des ADAC

### Information und Anmeldung

**Telefon** 02302/ 173-19 32

**Sprechzeiten** Dienstags 14.00 bis 17.30 Uhr  
Donnerstags 09.00 bis 16.00 Uhr

**Termine** 24. April 2012 um 18.00 Uhr  
13. November 2012 um 18.00 Uhr

**Ort** Gebäude B, Konferenz- und Medienraum

## KLASSISCHE HOMÖOPATHIE FÜR DIE JUNGE FAMILIE

Ein wesentlicher Vorteil der Homöopathie ist ihre unkomplizierte Einsatzmöglichkeit. Eltern können Ihre Kinder bei geringfügigen Verletzungen sowie harmlosen, akuten, bereits bekannten Erkrankungen mit etwas Erfahrung zu Hause behandeln, bzw. erste Hilfe leisten. Dies kann mit einer speziell für bestimmte Beschwerden zusammengestellten Hausapotheke erfolgen.

**Leitung** Heilpraktikerin Marina Weinberger

### Information und Anmeldung

**Telefon** 02302/ 173-19 32

**Sprechzeiten** Dienstags 14.00 bis 17.30 Uhr  
Donnerstags 09.00 bis 16.00 Uhr

**Termine** 24. Januar 2012 um 18.00 Uhr  
20. November 2012 um 18.00 Uhr

**Kosten** 4 EURO

**Ort** Gebäude B, Konferenz- und Medienraum



## SICHERE SCHLAFUMGEBUNG

Hier erfahren Sie die neusten Empfehlungen zur optimalen Schlafumgebung und schützende Maßnahmen zum Thema „Plötzlicher Kindstod“ (SIDS).

**Leitung** Oberarzt Dr. O. Von Delft

### Information und Anmeldung

Telefon 02302/ 173-19 32

**Sprechzeiten** Dienstags 14.00 bis 17.30 Uhr  
Donnerstags 09.00 bis 16.00 Uhr

**Termine** 14. Februar 2012 um 18.00 Uhr  
28. August 2012 um 18.00 Uhr

**Kosten** 4 EURO

**Ort** Gebäude B, Konferenz- und Medienraum

## MEILENSTEINE DER ENTWICKLUNG / SCHRITT FÜR SCHRITT INS LEBEN STOLPERN

Wir informieren Sie über eine normale Kindesentwicklung und Möglichkeiten einer Frühförderung.

**Leitung** Chefarzt Dr. J-C. Becker

### Information und Anmeldung

Telefon 02302/ 173-19 32

**Sprechzeiten** Dienstags 14.00 bis 17.30 Uhr  
Donnerstags 09.00 bis 16.00 Uhr

**Termine** 22. Mai 2012 um 18.00 Uhr  
27. November 2012 um 18.00 Uhr

**Kosten** 4 EURO

**Ort** Gebäude B, Konferenz- und Medienraum

## TRAGEN - WARUM? WIE? UND WOMIT?

Getragen werden bedeutet für Babys Geborgenheit, Sicherheit und Urvertrauen; positive Auswirkungen auf körperliche, motorische und geistige Entwicklung, Linderung bei Blähungen, Stimulation der Sinne...

Für Eltern bedeutet es auch eine Erleichterung des Alltags, weil sie die Hände frei haben und ihr Kind zufrieden ist. An diesem Abend erfahren Sie, wie Babys getragen werden können, welche Kriterien Tragehilfen erfüllen sollten, und haben die Möglichkeit verschiedene Tragetücher und Tragen selbst auszuprobieren.

Leitung	Hebamme Stefanie Blome
<b>Information und Anmeldung</b>	
Telefon	02302/ 173-19 32
Sprechzeiten	Dienstags 14.00 bis 17.30 Uhr Donnerstags 09.00 bis 16.00 Uhr
Termine	26. Juni 2012 um 18.00 Uhr 30. Oktober 2012 um 18.00 Uhr
Kosten	4 EURO
Ort	Gebäude B, Konferenz- und Medienraum

## KiSS oder NICHT:

### Ursachen-Symptome-alternative Behandlungsmöglichkeit: Craniosacrale-Osteopathie

Hat mein Kind das KiSS-Syndrom, eine Wirbelfehlstellung oder gibt es andere Ursachen für die Beschwerden meines Kindes? Ein wichtiges Thema in unserer heutigen Zeit, viele Meinungen Informationen und Behandlungsmöglichkeiten.

Wir geben Ihnen Informationen rund um das KiSS, beantworten Ihre Fragen, geben Informationen zur wichtigen Begleitbehandlung nach dem manuellen Einrichten der Halswirbel, sowie Tipps zur Lagerung und Regulation der Kinder.

Leitung	Naturheilpraktikerin Melanie Person
<b>Information und Anmeldung</b>	
Telefon	02302/ 173-19 32
Sprechzeiten	Dienstags 14.00 bis 17.30 Uhr Donnerstags 09.00 bis 16.00 Uhr
Termine	27. März 2012 um 18.00 Uhr 18. September 2012 um 18.00 Uhr
Kosten	4 EURO
Ort	Gebäude B, Konferenz- und Medienraum

# ANMELDUNG

Hiermit melde ich mich verbindlich zu/m folgenden/m Kurs/en · Informationsabend/en an:

**Thema:** \_\_\_\_\_

**Termin:** \_\_\_\_\_

**Name:** \_\_\_\_\_ **Straße:** \_\_\_\_\_

**Vorname:** \_\_\_\_\_ **PLZ/Ort:** \_\_\_\_\_

**Name des Kindes:** \_\_\_\_\_ **Telefon:** \_\_\_\_\_

**Geburtsdatum des Kindes:** \_\_\_\_\_ **E-Mail:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ **Datum:** \_\_\_\_\_ **Unterschrift:** \_\_\_\_\_

Bitte schicken oder faxen Sie diese Anmeldung an:

**Elternschule im Marien-Hospital Witten**

Marienplatz 2, 58452 Witten · Telefon: 02302/173-19 32 · Telefax: 02302/173-19 33 · E-Mail: [elternschule@marien-hospital-witten.de](mailto:elternschule@marien-hospital-witten.de)

**Elternschule**  
im Marien-Hospital Witten  
Marienplatz 2  
58452 Witten



## WICHTIGE TELEFONNUMMERN

ELTERNSCHULE	02302/173-1932
KREISSAAL	02302/173-1334
WOCHENBETTSTATION	02302/173-3010
SEKRETARIAT FRAUENKLINIK PROF. DR. HATZMANN	02302/173-1323
SEKRETARIAT KINDERKLINIK CHEFARZT DR. BECKER	02302/173-1353
NEUGEBORENENZIMMER	02302/173-3139
ÄRZTLICHER NOTRUF	02302/19292
KINDERNOTDIENST	02302/173-3113
GIFTNOTRUF	0228/19240
POLIZEI	110
FEUERWEHR	112
APOTHEKENNOTDIENST	0800/2282280
STADT WITTEN - KIWI (Kind in Witten)	02302/581-5105

## Klinik für Geburtshilfe und Perinatologie

Chefarzt Prof. Dr. med. W. Hatzmann

### Kreißsaal

Telefon 023 02 / 173 - 13 34

### Sekretariat Prof. Dr. med. W. Hatzmann

Telefon 023 02 / 173 - 13 23

### Elternschule

Telefon 023 02 / 173 - 19 32

Telefax 023 02 / 173 - 19 33

[elternschule@marien-hospital-witten.de](mailto:elternschule@marien-hospital-witten.de)

Marienplatz 2

58452 Witten

[www.marien-hospital-witten.de](http://www.marien-hospital-witten.de)

MHW\_GYN\_FB\_0262\_072011

