

Liebe (werdende) Eltern,

wenn Sie ein Kind erwarten, verändert sich Ihr Leben in besonderer Weise. Sie betreten in vielen Bereichen sprichwörtlich Neuland. Denn wenn Ihr Kind das Licht der Welt erblickt, wird auch eine Familie geboren.

Damit Sie das neue Leben mit Ihrem Kind möglichst gesund und stressfrei beginnen können, sind wir vor, während und nach der Geburt für Sie da! Unser Klinikum bietet den einzigen Hanauer Kreißsaal mit bei Geburt anwesendem Kinderarzt und das einzige Eltern-Kind-Zentrum der höchsten deutschen Versorgungsstufe (Level 1) im Main-Kinzig-Kreis.

Wir verstehen uns als Ansprechpartner für alle Schwangeren bzw. werdenden Eltern, ob mit oder ohne Risiken, gesund oder krank – unser Motto ist: „Geburt in Sicherheit und Geborgenheit“. Unsere Elternschule stellt dabei eine ganzheitliche Versorgung von der Schwangerschaft bis zum zweiten Geburtstag Ihres Kindes sicher.

In diesem Flyer finden Sie einen Kurzüberblick über unser gesamtes Kursangebot, die detaillierten Informationen finden Sie auf unserer Website im Veranstaltungskalender. Dort können Sie sich auch direkt für die jeweilige Veranstaltung anmelden.

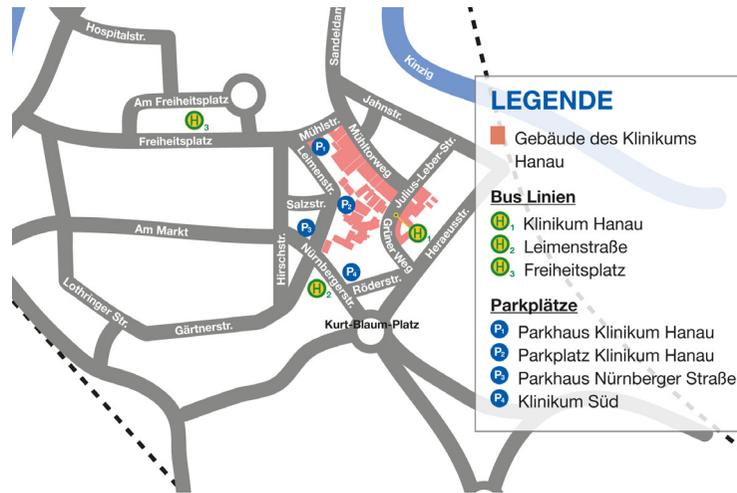
Wir wünschen Ihnen im Namen des gesamten Teams alles Gute und freuen uns darauf, Sie auf Ihrem Weg zu begleiten.



**Prof. Dr. med.
Thomas Müller**
Chefarzt
Klinik für Gynäkologie
und Geburtshilfe



Martina Wichels
Pflegerische Leitung
Eltern-Kind-Zentrum



Kontakt:

Koordinatorinnen der Elternschule

Anja Hausner & Ulrike Wendler
Tel.: (06181) 296-2568
Bürozeiten:
Mo., Mi. & Do.: 08:00-09:00 Uhr
Di. & Fr.: 09:00-13:00 Uhr

Sekretariat der Elternschule

Marion Poth-Eckhardt
Mo.-Fr.: 09:00-11:30 Uhr
Tel.: (06181) 296-2561
elternschule@klinikum-hanau.de

Babylotsin

Tatjana Stein
Tel.: (06181) 296-4011
babylotse@klinikum-hanau.de

Aktuelle Termine, Veranstaltungs- informationen und Kursanmeldung unter:

www.klinikum-hanau.de/rund-ums-baby

KLINIKUM HANAU
Leimenstraße 20
63450 Hanau
Tel.: (06181) 296-0
Fax: (06181) 296-6666
E-Mail: kontakt@klinikum-hanau.de



Mit unserer Elternschule wachsen

Programmheft rund um
Schwangerschaft, Geburt und Kleinkind



Angebote vor der Geburt

- › **Informationsabende für werdende Eltern**
Informationen rund um Geburt und Wochenbett inkl. Kreißsaalbesichtigung
- › **Sprechstunde für werdende Eltern**
Ambulante Beratung mit Anmeldung zur Geburt und Besprechung der möglichen Geburts-Modi
- › **Geburtsvorbereitung**
Lernen von Atem-, Entspannungs- und Lockerungsübungen sowie unterschiedliche Körperhaltungen, die bei der Geburt hilfreich sind; Abbau von Ängsten durch Information und Motivation
 - › Wochenend-Intensivkurs
 - › Geburtsvorbereitung für Paare
 - › Geburtsvorbereitung für Frauen
- › **Vor- und Nachsorge durch Hebammen**
Für alle Fragen und Sorgen rund um Schwangerschaft, Geburt und Nachsorge, Stillen und Säuglingspflege
- › **Geburtsvorbereitende Akupunktur**
Bessere Reifung des Gebärmutterhalses; Verkürzung & Erleichterung der Geburtsphasen
- › **Yoga für Schwangere**
Natürliche und sanfte Entspannung; Ausgleich vom Alltagsstress (ab 16. SSW)
- › **Wassergymnastik für Schwangere**
Mutter und Kind im gleichen Element (ab 20. SSW)
- › **Säuglingspflegekurse**
Vorbereitung auf das Leben mit dem Neugeborenen
- › **Das „Familienbudget“ nach der Geburt**
Durch den „Dschungel“ der Anträge in der Schwangerschaft

Aktuelle Termine, weitere Informationen
und Kursanmeldung unter

www.klinikum-hanau.de/rund-ums-baby

oder einfach den QR-Code scannen:



- › **Vorbereitung auf das Stillen**
Gut vorbereitet sein für ein positives Stillenerlebnis.
- › **Erste-Hilfe-Kurs für das Säuglingsalter**
Wie handle ich im Notfall? Wie leiste ich erste Hilfe an einem Säugling?
- › **Kariesfrei**
Kariesfreie und gesunde Zähne für Schwangere und ihr Baby
- › **Großer Bruder, große Schwester**
Kind- & altersgerecht wird dem „großen“ Kind der praktische Umgang mit einem Baby vermittelt
- › **Spagat der elterlichen Gefühle**
Mit dem zweiten Kind wird alles anders! – Wenn die Lust auf das zweite Kind zur Last wird, ist es Zeit für ein Gespräch!
- › **Großelternkurs**
Großeltern in ihrer Rolle stärken und unterstützen
- › **Tragetücher binden lernen**
Säuglinge im Tuch tragen – mehr als eine Möglichkeit des Kindertransports

Angebote nach der Geburt

- › **Rückbildungsgymnastik**
Fit werden und sein wie vor der Schwangerschaft
- › **Babytreff**
Treffen der Eltern und Babys aus den Geburtsvorbereitungskursen
- › **Babymassage**
Weil der Kontakt zwischen Eltern und Baby in den ersten sechs Monaten so wichtig ist
- › **Unruhige Zeiten – Sprechstunde für Eltern**
Ambulante Sprechstunde für Eltern, um das Verhalten Ihres Kindes zu verstehen und Sie als Eltern in schwierigen Entwicklungsphasen zu begleiten
- › **Babyschwimmen**
Gewöhnung an das Element Wasser für Mütter und Väter mit ihren Babys ab dem 4. Lebensmonat
- › **PEKiP – Das Prager Eltern-Kind-Programm**
Ein pädagogisches Konzept für Mütter und Väter mit ihren Babys ab der 6. Lebenswoche.
- › **Body-Condition**
Weiterführende Fitness für junge Mütter
- › **Fit mit Buggy**
Kraft-Ausdauer-Training an der frischen Luft
- › **Frühchen-Café „Kleine Helden“**
Erfahrungsaustausch zwischen Eltern ehemaliger Frühgeborener und Eltern aktuell stationär betreuter Kinder.
- › **Körpererinnerungen**
3D-Abdrücke von Baby-Händen und -Füßchen

