

## Vorbereitung auf die Elternschaft

- Geburtsvorbereitung
- Säuglingspflege
- Babymassage
- Babytreffen



Die Veranstaltungen finden in Zusammenarbeit mit dem St. Vinzenz-Krankenhaus Hanau statt.

## Informationsabende ... für werdende Eltern

### Themen:

Sie erhalten Informationen über Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett. Sie können die Frauenärztin/-arzt, die Hebamme und die Kinderkrankenschwester alles fragen, was Sie auf dem Herzen haben. Sie haben die Möglichkeit die Entbindungsräume und die Wochenstation zu besichtigen.

Termin: 1. und 3. Donnerstag im Monat

Zeit: 20.00 – ca. 21.30 Uhr

Ort: Im Frankfurter Tor, Erdgeschoss

Leitung: Frauenärztinnen/-ärzte,  
Hebammen und Kinderkrankenschwestern

Anmeldung: nicht erforderlich

## INFO-Telefon

### Wir

stehen Ihnen in der Schwangerschaft, während und nach der Geburt mit Rat und Tat zur Seite.

### Wir

wollen Sie in Ihrer Aufgabe als Mutter und Vater unterstützen – in Form von Aufklärung, Beratung und Anleitung.

### Wir

die Hebammen, Pflegekräfte und Ärztinnen/Ärzte der Abteilung für Gynäkologie und Geburtshilfe am St. Vinzenz-Krankenhaus Hanau.

Haben Sie Fragen zu Schwangerschaft und Geburt? Wünschen Sie Informationen zu unserem Kursangebot? Möchten Sie sich zu einem unserer Kurse oder zur Geburt anmelden?

St. Vinzenz-Krankenhaus Hanau

**KreisSaal (06181) 272-482**

Sei ehrlich mit dir selbst,  
damit du mit dem  
Kind ehrlich sein kannst.

Janus Korczak

## Hebammensprechstunde

Ein Kind ist unterwegs, und plötzlich steht die Welt Kopf! Von diesem Moment an hat jede schwangere Frau Anspruch auf die Betreuung durch eine Hebamme. Die Hebammen vom St. Vinzenz-Krankenhaus sind für Sie da und möchten Sie während dieser wichtigen und ereignisreichen Zeit rund um die Geburt begleiten.

Haben Sie Fragen? Wir geben Ihnen Tipps zur regelrechten Schwangerschaft, Geburt und Stillzeit. Gerne sprechen wir mit Ihnen auch über Ihre Wünsche und Hoffnungen und versuchen, Unsicherheiten und Ängste abzubauen.

Jede Schwangerschaft verläuft ein bisschen anders, deshalb ist es unser Ziel, Sie persönlich und individuell zu betreuen, damit es für Sie ein „rundes Ereignis“ wird. Unsere Hebammensprechstunde versteht sich als Ergänzung zur Betreuung durch Ihre/n Gynäkologin/en.

Anmeldung und Termine unter der Telefonnummer 06181/272482.

Auf Sie und Ihren Nachwuchs freut sich das Hebammenteam des St. Vinzenz-Krankenhauses Hanau.



Beim Hessentag in Langenselbold

## Geburtsvorbereitung ... für Frauen und Paare

### Themen:

Informationen zur Ernährung, zum Verlauf einer normalen Geburt, zu den Möglichkeiten der Schmerzlinderung unter der Geburt, zum Wochenbett und zum Stillen.

- Schwangerschaftsgymnastik zur Erhaltung der Beweglichkeit, zur Linderung von Schwangerschaftsbeschwerden, zur Stärkung der Muskulatur.
- Atem- und Entspannungsübungen zur Stärkung des Körpergefühls, zum Abbau von Ängsten, zur Vorbeugung von Verspannungen und zur Erleichterung und Verkürzung der Geburtsphasen.
- Ärztlicher Informationsabend, wenn von den Teilnehmern gewünscht.
- Besichtigung der Entbindungsräume und der Wochenstation.

Termin: Montag – Freitag

Zeit: Kursbeginn bitte telefonisch erfragen

Dauer: **Frauenkurs:**

7 x 2 Stunden, 1 x wöchentlich 6 Abende alleine, 1 Abend mit Partner

**Paarkurs:**

7 x 2 Stunden, 1 x wöchentlich 6 Abende mit Partner, 1 Abend ohne Partner

Gebühr: wird für die Schwangere von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen und direkt abgerechnet, für den Partner sind pro Abend 10,00 Euro am Abend zu entrichten

Leitung: Hebammen

Hinweis: Für ausländische Frauen/Paare mit Problemen in der deutschen Sprache können individuelle Termine vereinbart werden.

Glücklichsein hängt nicht  
davon ab, dass wir bekommen,  
was wir nicht haben,  
sondern davon, wie gut wir nutzen,  
was wir haben.

Thomas Hardy

## Wo finde ich Hilfe?

- **Der Sozialdienst Kath. Frauen e.V.** Friedrichstraße 12, 63450 Hanau, Telefon 06181/33091 steht Ihnen während der Schwangerschaft und auch nach der Geburt mit Rat und Tat zur Seite.
- **Die Kath. Ehe-, Familien- und Lebensberatung** Im Bangert 4, 63450 Hanau, Telefon 06181/21749 steht Ihnen bei Partnerschafts- und Lebensfragen kostenfrei bei.
- Wir helfen Ihnen auf der Suche nach einer Beratungsstelle.

### Kath. Familienbildungsstätte Hanau

Im Bangert 4, 63450 Hanau, 06181/92323-0

Die Kath. Familienbildungsstätte Hanau führt eine **Babysitterkartei**. Jugendliche, die einen Babysitterkurs absolviert haben, können hier als Babysitter angefragt werden. Telefon 06181/92323-0.

## Anmeldung ... zur Entbindung

Ab der 35. Schwangerschaftswoche können Sie sich zur Entbindung anmelden und alles besprechen, was Ihnen wichtig ist. Bringen Sie bitte 20 Minuten Zeit, etwas Geduld und Ihren Mutterpass mit.

Termin: Donnerstags. Bitte telefonisch anmelden, damit wir Zeit für Sie haben!  
 Zeit: ab 14.00 Uhr  
 Ort: Kreißsaal, 2. Stock  
 Leitung: Hebammen

Anmeldung: INFO-Telefon 06181/272-482  
 Montag – Freitag 10.00 – 18.00 Uhr

## Elternseminare ... Wie verändert ein Kind die Partnerschaft?

Nr.

205

Ist die Geburt eines Kindes der Höhepunkt für die Partnerschaft? Wunsch und Realität sehen anders aus. Die Mutter ist überfordert, der Vater fühlt sich vernachlässigt. Wie kann die Partnerschaft aussehen? Wie gelingen? Bleibe ich als Mutter/Vater auf der Strecke? Wo bleiben die eigenen Bedürfnisse? Diese und andere Probleme können bereits bei der Geburt eines Kindes auftauchen. Wir wollen die Probleme reflektieren, nach Gründen suchen, Ressourcen und neue Wege aufzeigen.

Termin: Montag, 16.11.2009  
 Montag, 08.02.2010  
 Zeit: 19.30 – 21.00 Uhr  
 Gebühr: keine  
 Leitung: Beraterinnen der Kath. Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle Hanau

## Säuglingspflegekurs ... zur Vorbereitung auf Ihr Baby

### Themen:

- Stillen und gesunde Ernährung
- Wickeln, Baden und Hautpflege
- Halten, Lagern und Transportieren
- Vorsorgeuntersuchungen und Impfungen

Termin: Jeweils am 2. und 3. Dienstag eines Monats  
 Zeit: 18.00 – 20.00 Uhr  
 Dauer: 2 Abende  
 Ort: St. Vinzenz-Krankenhaus  
 am 1. Abend Treffpunkt in der Eingangshalle  
 Gebühr: 25,00 Euro pro Paar  
 Leitung: Kinderkrankenschwestern der Wochenstation

## Stillen ... der beste Start ins Leben

### Ziele:

Eine stillerfahrene Hebamme möchte Ihnen die Vorteile des Stillens aufzeigen, Stilltechniken vermitteln und das Vertrauen in die eigene Stillfähigkeit fördern.

### Themen:

Sie erfahren etwas über: ... die Anatomie der Brust und die normale Milchbildung, ... das richtige Anlegen und verschiedene Stillpositionen, ... die ersten Tage und den „Milcheinschuss“, ... die Vermeidung und Behandlung von Milchstau und wunden Brustwarzen, ... die Ernährung in der Stillzeit, ... die Rolle des „stillenden“ Vaters.

Termin: jeweils zwei Dienstage und ein Donnerstag,  
 Kursbeginn bitte telefonisch erfragen  
 Zeit: 10.00 – 12.00 Uhr  
 Ort: St. Vinzenz-Krankenhaus  
 1. Treffen in der Eingangshalle  
 Gebühr: 30,00 Euro pro Person  
 Leitung: Hebamme Annett Richter

Anmeldung: INFO-Telefon 06181/272-482  
 Montag – Freitag 10.00 – 18.00 Uhr

Zu allen Kursen  
 bitte rechtzeitig anmelden.  
 Danke!

## Stillen – Informationsabend... damit Sie und Ihr Baby eine glückliche Zeit haben!

### Themen:

- Stillen – das Beste für das Kind
- Die natürliche Allergieprophylaxe
- Aufbau der weiblichen Brust
- Milchbildung
- Stillpositionen
- Startschwierigkeiten
- Stillhilfen – sinnvoll?

Termin: 1 x im Montag in ungeraden Monaten  
Zeit: 19.30 – 21.00 Uhr  
Ort: Kreißsaal St. Vinzenz-Krankenhaus  
Leitung: Hebamme Susanne Rau, Stillberaterin

Anmeldung: INFO-Telefon 06181/272-482  
Montag – Freitag 10.00 – 18.00 Uhr

## Stillgruppe – Wir bieten Ihnen ...

### Raum

... um sich schon in der Schwangerschaft über das Stillen zu informieren

### Zeit

... und Unterstützung, um Sicherheit beim Stillen zu gewinnen, nachdem das Baby geboren ist

### Spaß

... beim Austausch von praktischen Tipps und eigenen Erfahrungen, beim Treffen mit anderen Stillenden im freien Stilltreff ...

Termin: am letzten Dienstag im Monat 9.30 – 11.00 Uhr  
Wochenstation, St. Vinzenz-Krankenhaus Hanau,  
Am Frankfurter Tor 25, 63450 Hanau  
am 1. und 3. Donnerstag 10.00 – 11.30 Uhr  
im Obergeschoss der alten Kapelle in Freigericht-  
Altenmittlau (Nähe Kindergarten)  
am 1. Freitag im Monat 10.00 – 12.00 Uhr  
im Familienzentrum e.V. Maintal, Am Kreuzstein 57,  
Maintal-Bischofsheim

Informationen und Anmeldung: Annette Lindt-Lange, Telefon 06055/901063; Annette Hölz, Telefon 06109/61941; Stillberaterinnen der Arbeitsgemeinschaft Freier Stillgruppen e.V.

## Hebammennachsorge

Hebammennachsorge steht jeder Wöchnerin bis 10 Tage nach der Geburt – bei begründetem Bedarf auch länger – zu. Die Kosten werden von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

Die Nachsorge umfasst die Pflege und Ernährung des Babys, Hilfe beim Stillen und die Überwachung der Rückbildungsvorgänge, sowie Stillberatung in den ersten 6 Monaten.

Anmeldung: INFO-Telefon 06181/272-482  
Montag bis Freitag 10.00 – 17.00 Uhr  
oder bei den Hebammen direkt

### Heidrun Schlosser

61130 Nidderau  
Telefon 06187/26898

### Katharina Klaus

61130 Nidderau  
Telefon 06187/901815

### Jolanta Barcik

63450 Hanau  
Telefon 06181/22750

### Danuta Waniek

63517 Rodenbach  
Telefon 06184/993988

### Carola Hüwel

63776 Mömbris  
Telefon 06029/994313

### Petra Brinkmann

63607 Wächtersbach  
Telefon 06053/5870

### Annett Richter

63500 Seligenstadt  
Telefon 06182/21525

### Nicole Driver

63584 Gründau  
Telefon 06058/916255

### Teresa Klobuch-Redisch

61130 Nidderau  
Telefon 06187/25266

### Gudrun Blümle-Bals

63688 Gedern  
Telefon 06045/953152

### Annegret Warnicki

63500 Seligenstadt  
Telefon 06182/843041

### Lydia Hebisch

63450 Hanau  
Telefon 06181/5071110



## Frühchentreff ... Sterntaler e.V.

### Ziel:

Gesprächskreis für Angehörige von frühgeborenen Kindern zum:  
– Austausch von Erfahrungen,  
– gegenseitigen Erzählen und  
– zum Ansprechen-können von drängenden Fragen zum Thema Frühgeburt und Frühchen.

Termin: monatliche Treffen,  
genaue Termine bitte telefonisch erfragen  
Zeit: 19.30 Uhr  
Ort: Kinderklinik, Klinikum Stadt Hanau  
Leitung: Der Gesprächskreis wird begleitet von betroffenen Eltern und von Ärztinnen/Ärzten der Kinderklinik am Klinikum Stadt Hanau

Information: Anja Leonhardt, Telefon 06181/14556  
www.fruehgeborene.de/sterntaler

Nr.

## Babytreff ... Ab der Geburt bis ca. 12 Monate

217

Nach der Schwangerschaft, Geburt und den ersten Tagen und Wochen zu Hause, fühlen sich viele „frischgebackene Mütter“ allein gelassen. Unser Treff möchte Sie durch die ersten Monate begleiten. Der gegenseitige Austausch über Geburt und Leben mit dem Neugeborenen mit allen Sonnen- und Schattenseiten steht im Mittelpunkt.

Termin: Dienstag, 08.09.2009 bis 08.12.2009  
Dienstag, 26.01.2010 bis 23.03.2010  
Dienstag, 13.04.2010 bis 22.06.2010  
Zeit: 9.30 – 11.00 Uhr  
Gebühr: 2,50 Euro pro Treffen  
Leitung: Anja Plautz, Krankenschwester

Interessierte Teilnehmerinnen können jederzeit ohne Anmeldung neu hinzukommen.

Nr.

## Geburtsvorbereitung für Paare

212

### Themen:

Informationen zu Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett  
– Schwangerschaftsgymnastik  
– Atem- und Entspannungsübungen  
– Kreißaalführung

Termin: Mittwoch, 26.08.2009 bis 07.10.2009  
Mittwoch, 28.10.2009 bis 09.12.2009  
Mittwoch, 13.01.2010 bis 24.02.2010  
Mittwoch, 03.03.2010 bis 21.04.2010  
Mittwoch, 05.05.2010 bis 16.06.2010

Zeit: 19.00 – 21.00 Uhr  
Dauer: 7 Treffen, davon 1 Treffen nur für Frauen  
Gebühr: 96,00 Euro (70,00 Euro Schwangere, 26,00 Euro Partner)  
Leitung: Heidrun Schlosser, bzw. Annegret Warnicki  
Hebammen am St. Vinzenz-Krankenhaus

Nr.

## Spielstunde ... für Eltern mit Babys von 12 bis 18 Monate

219 + 223

Termin: Montag, 07.09.2009 bis 07.12.2009 – 12 x  
Montag, 25.01.2010 bis 07.06.2010 – 18 x  
Zeit: 9.30 – 10.30 Uhr oder  
15.00 – 16.00 Uhr  
Gebühr: 30,00 Euro (12 x), 48,00 Euro (18 x)  
Leitung: Helga Löwer-Pense, staatl. gepr. Gymnastiklehrerin

Nr.

## Babymassage ab 6 Wochen bis zu 6 Monaten

215

Termin: Montag, 07.09.2009 bis 30.11.2009 – 11 x  
Montag, 25.01.2010 bis 22.03.2010 – 8 x  
Montag, 19.04.2010 bis 07.06.2010 – 7 x  
Zeit: 10.45 – 11.30 Uhr  
Gebühr: 33,00 Euro (11x), 24,00 Euro (8x), 21,00 Euro (7x)  
Leitung: Ruth Schwarz, Babymassagekursleiterin

Bitte Badetuch und Babyöl mitbringen.

## Wassergewöhnung im 1. Lebensjahr

251

Informationen rund um das Thema: Baby und Schwimmen

Termin: Mittwoch, 28.10.2009  
Zeit: 10.00 – 11.00 Uhr  
Gebühr: 3,00 Euro  
Leitung: Mechthild Aull, staatl. anerkannte Gymnastiklehrerin  
Claudia Hamke-Steinecker, Kinderkrankenschwester

## Mein Kind soll kariesfrei bleiben – von der kindgerechten Zahnpflege zur gesunden Zahnentwicklung

Nr.

221

### Informationen und Tipps für mehr Zahngesundheit

Ein kariesfreies Milchgebiss ist die beste Voraussetzung für gesund bleibende Zähne. Fragen rund um das Zähneputzen und was gut und gesund ist für das kindliche Gebiss soll in einem Gespräch geklärt werden.

Termin: Freitag, 18.09.2009  
Termin für 2010 bitte erfragen  
Zeit: 9.30 – 11.00 Uhr  
Dauer: 1 Treffen  
Gebühr: kostenfrei  
Leitung: Dr. med. dent. Simone Dreßler, Zahnärztin

## Spielerisch die Welt entdecken ... für Kinder von 8 bis 15 Monaten

Nr.

226

Für die gesunde Entwicklung des Kindes sind vielfältige Sinnesanregungen und eine gute Eltern-Kind-Beziehung wichtig. Durch gemeinsames Erleben von Bewegung, Spiel und Freude unterstützt der Kurs den Aufbau einer positiven Bewegung zwischen Eltern und Kind.

Termin: Montag, 07.09.2009 bis 23.11.2009 – 10 x  
Montag, 25.01.2010 bis 15.03.2010 – 8 x  
Montag, 12.04.2010 bis 17.05.2010 – 6 x  
Zeit: 10.30 – 11.30 Uhr  
Gebühr: 30,00 Euro (10 x), 24,00 Euro (8 x), 18,00 Euro (6 x)  
Leitung: Heidi Böss, Spielkreisleiterin

## Beckenbodengymnastik, auch geeignet als Rückbildungsgymnastik nach der Geburt

Nr.

234

Termin: Donnerstag, 17.09.2009 bis 03.12.2009 – 10 x  
Donnerstag, 21.01.2010 bis 25.03.2010 – 10 x  
Donnerstag, 15.04.2010 bis 17.06.2010 – 8 x  
Zeit: 20.00 – 21.00 Uhr  
Gebühr: 35,00 Euro (10 x), 28,00 Euro (8 x)  
Leitung: Mechthild Aull, staatl. anerkannte Gymnastiklehrerin

## Kleinkinderschwimmen ab dem 1. Lebensjahr

Nr.

252

Kinder ab dem 4. Lebensmonat erleben das nasse Element mit Lust an der Bewegung und mit Entfaltungsmöglichkeiten, die sie so „an Land“ (noch) nicht haben.

Termin: auf Anfrage

## Notfälle im Kindesalter/ Kinderkrankheiten

Nr.

57

Themen: Was ist ein Notfall und die notwendigen Notfallmaßnahmen. Unfälle und Unfallprophylaxe im Kindesalter, z. B. Fremdkörperaspiration, Insekten- und Zeckenstiche, Stürze, Elektrounfälle, Verbrennungen, Vergiftungen, Knochenbrüche. Wann wird eine Erkrankung zum Notfall? Z. B. Pseudokrapp, Bronchitis, Fieber, Krampfanfälle. Informationen über typische Kinderkrankheiten, z. B. Keuchhusten, Windpocken, Masern, Röteln, Mumps, Scharlach, Dreitagefieber, Ringelröteln.

Termin: Mittwoch, 30.09. und 07.10.2009  
14.04. und 21.04.2010  
Zeit: 19.30 – 21.45 Uhr (1. Treffen)  
19.30 – 21.00 Uhr (2. Treffen)  
Dauer: 2 Abende  
Gebühr: 12,00 Euro pro Person  
20,00 Euro für Eltern  
Leitung: Wibke Hasenberg, Fachärztin für Kinderheilkunde

## Impfungen – Segen oder Problem „Masernwellen und Masernpartys?“

Nr.

58

Ein medizinischer Vortrag zum Thema Impfungen, Impfschäden, Nebenwirkungen und Aufklärung über alle Aspekte des Impfens. Die Entscheidung und die Verantwortung für oder gegen eine Impfung kann keiner den Eltern abnehmen, auch der impfende Arzt nicht. Diese Entscheidung müssen Sie selbst treffen.

Termin: bitte erfragen  
Zeit: 20.00 – 21.30 Uhr  
Gebühr: 6,00 Euro  
Leitung: OA Dr. med. Bernhard Bungert,  
Facharzt für Kinderheilkunde