

## Vorbereitung auf die Elternschaft

Geburtsvorbereitung /	
Ein Säugling in der Familie	34
Gesundheitsfragen rund ums Babyalter	35
Geburtsvorbereitung	36
Babytreffen – Babymassage – Krabbelmäuse	37
Rückbildungsgymnastik	39

### Geburtsvorbereitung / Ein Säugling in der Familie

Dieser Seminarteil wird in Kooperation mit der Frauenklinik des St. Vinzenz-Krankenhauses gestaltet.

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

Nr.

205

Der Informationsabend spricht die veränderte Partnersituation nach der Geburt eines Kindes an. Es werden dabei die Probleme reflektiert und neue Wege aufgezeigt.

Termin:	Montag, 07.11.2011 Montag, 23.04.2012
Dauer:	1 Treffen
Zeit:	19.30 – 21.00 Uhr
Gebühr:	keine
Leitung:	Beraterinnen der Kath. Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle Hanau

### Frühchentreff ... Sterntaler e.V.

Nr.

206

Gesprächskreis für Angehörige frühgeborener Kinder, zum Austausch von Erfahrungen, gegenseitigem Erzählen und Ansprechenkönnen von drängenden Fragen zum Thema Frühgeburt und Frühchen.

Termine telefonisch erfragen.	
Dauer:	monatliche Treffen
Zeit:	19.30 Uhr
Leitung:	Der Gesprächskreis wird begleitet von betroffenen Eltern und von Ärztinnen/Ärzten der Kinderklinik am Klinikum der Stadt Hanau.

Information: Anja Leonhardt, Telefon 06181/14556  
[www.fruehgeborene.de/sterntaler](http://www.fruehgeborene.de/sterntaler)  
[www.sterntaler-hanau.de](http://www.sterntaler-hanau.de)

## Gesundheitsfragen rund ums Babyalter

### Notfälle im Kindesalter/ Kinderkrankheiten

Nr.

207

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. Pseudokrupp, Bronchitis, Fieber, Krampfanfälle. Informationen über typische Kinderkrankheiten, z. B. Keuchhusten, Windpocken, Masern, Röteln, Mumps, Scharlach, Dreitagefieber, Ringelröteln.

Leitung: N. N., Facharzt/Fachärztin für Kinderheilkunde

### Impfungen – Segen oder Problem?

Nr.

208

Ein medizinischer Vortrag zum Thema Impfungen, Impfschäden, Nebenwirkungen und Aufklärung über alle Aspekte des Impfens als Hilfe bei der richtigen Entscheidungsfindung. 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:	Dr. med. Bernhard Bungert, Facharzt für Kinderheilkunde

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

Nr.

221

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 sollen in einem Gespräch geklärt werden.

Termin:	Dienstag, Termin wird im Frühjahr 2012 festgelegt
Dauer:	1 Treffen
Zeit:	9.30 – 11.00 Uhr
Gebühr:	keine
Leitung:	Dr. med. dent. Simone Dreßler, Zahnärztin

Informationen und Tipps für mehr Zahngesundheit.

## Wo finde ich Hilfe?

Nr.

211

- **Der Sozialdienst Kath. Frauen e.V.**, Friedrichstr. 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.

## Geburtsvorbereitung

Nr.

212

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

- Termin: Mittwoch, 10.08.2011 bis 21.09.2011  
 Mittwoch, 19.10.2011 bis 30.11.2011  
 Mittwoch, 11.01.2012 bis 22.02.2012  
 Mittwoch, 29.02.2012 bis 11.04.2012  
 Mittwoch, 02.05.2012 bis 13.06.2012
- Dauer: 7 Treffen, 6 Abende mit Partner und 1 Abend ohne Partner
- Zeit: 19.00 – 21.00 Uhr
- Gebühr: 96,00 Euro (70,00 Euro Schwangere, 26,00 Euro Partner)
- Leitung: Heidrun Schlosser, Annegret Warnicki, Hebammen am St. Vinzenz-Krankenhaus

Deine Kinder sollen ihr Leben leben,  
 nicht deine Versäumnisse.

Liisa Hyttynen

## Babytreffen – Babymassage – Krabbelmäuse

Nr.

215

### Auf den Anfang kommt es an – Was will mir mein Baby sagen? Ein Kurs für Eltern mit Babys von 6 Wochen bis 6 Monate.

Wenn das Baby auf die Welt kommt, bringt es eine Fülle an Möglichkeiten mit, um mit seiner Umwelt zu kommunizieren und sich an Menschen zu binden, die zum sicheren Hafen werden. Dann kann die Umwelt erkundet, die Welt entdeckt werden; das Baby wird lernfähig.

In diesem Kurs erfahren Sie, wie Sie die Feinzeichen Ihres Babys erkennen, d. h., auf welche Weise es Ihnen mitteilt, in welcher Verfassung es sich gerade befindet. So können Sie auf seine Bedürfnisse angemessen reagieren. Sie bekommen u. a. Anregungen zur Beschäftigung mit dem Baby, lernen Methoden des Beruhigens und Tröstens kennen, erhalten Infos über Schlafen und Schreien und erlernen die „Indische Babymassage nach Leboyer“.

Termin: Montag, 05.09.2011 bis 21.11.2011 – 9 x  
 Montag, 23.01.2012 bis 19.03.2012 – 8 x  
 Montag, 16.04.2012 bis 11.06.2012 – 8 x

Dauer: 8 – 9 Treffen

Zeit: 9.30 – 11.00 Uhr

Gebühr: 9 x = 45,00 Euro; 8 x = 40,00 Euro

Leitung: Ruth Schwarz, Fachkraft für Eltern-Kind-Kreise (BAG)

Bitte Badetuch und Babyöl mitbringen, entfällt am Rosenmontag.

Nr.

217

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

Nach der Schwangerschaft, Geburt und den ersten Tagen und Wochen zu Hause fühlen sich viele „frisch gebackene 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: Donnerstag, 01.09.2011 bis 08.12.2011  
 Donnerstag, 26.01.2012 bis 29.03.2012  
 Donnerstag, 19.04.2012 bis 14.06.2012

Zeit: 9.30 – 11.00 Uhr

Gebühr: 2,50 Euro pro Treffen

Leitung: Anja Plautz, Krankenschwester

Interessierte Teilnehmerinnen können jederzeit ohne Anmeldung neu hinzukommen.

## Zehn kleine Krabbelmäuse ... für Eltern mit Babys ab dem 6. Monat

Nr. 218/219

Eltern von Babys spüren deutlich, dass ihr Nachwuchs sie zum gemeinsamen Spiel anregt. Begleitet durch die Kursleiterin, erweitern die teilnehmenden Mütter und Väter ihren Reichtum an Ideen und Erfahrungen. Fingerspiele, Lieder, „Sinn“-volle Bewegungsanregungen und Tipps sollen Ihnen Anregung geben.

Termin: Montag, 29.08.2011 bis 05.12.2011 – 12 x  
Montag, 23.01.2012 bis 11.06.2012 – 16 x

Dauer: 12 – 16 Treffen

Zeit: 10.30 – 11.30 Uhr oder 9.30 – 10.30 Uhr – **Kurs 218**  
15.00 – 16.00 Uhr oder 16.00 – 17.00 Uhr – **Kurs 219**

Die konkreten Zeiten bitte bei der Anmeldung erfragen.

Gebühr: 12 x = 33,00 Euro; 16 x = 44,00 Euro

Leitung: Helga Löwer-Pense, staatl. gepr. Gymnastiklehrerin

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

Nr. 223/224

Kinder vom 12. bis zum 18. Lebensmonat treffen sich zusammen mit Mutter oder Vater zur Spielstunde, wo sie erste Erfahrungen mit einer Gruppe – einer neuen Umgebung – altersgemäßem Spielzeug und – einfachen Spielen (z. B. Fingerspiele) machen.

Termin: Montag, 29.08.2011 bis 05.12.2011  
Montag, 23.01.2012 bis 11.06.2012

Dauer: 12 – 16 Treffen

Zeit: 9.30 – 10.30 Uhr oder 10.30 – 11.30 Uhr – Kurs-Nr. **223**

Zeit: 16.00 – 17.00 Uhr oder 15.00 – 16.00 Uhr – Kurs-Nr. **224**

Gebühr: 12 x = 33,00 Euro; 16 x = 44,00 Euro

Leitung: Helga Löwer-Pense, staatl. gepr. Gymnastiklehrerin



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

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 Beziehung zwischen Eltern und Kind. Es werden Lieder und verschiedene Materialien spielerisch eingesetzt, um die fünf Sinne anzusprechen. Außerdem können in der Gruppe Kontakte geknüpft werden: Für die Kinder mit Gleichaltrigen, für die Erwachsenen mit der Möglichkeit, Erfahrungen auszutauschen.

Termin: Montag, 29.08.2011 bis 28.11.2011 – 10 x  
Montag, 23.01.2012 bis 19.03.2012 – 9 x  
Montag, 16.04.2012 bis 04.06.2012 – 7 x

Zeit: 11.15 – 12.15 Uhr

Gebühr: 10 x = 32,50 Euro; 9 x = 29,25 Euro; 7 x = 22,75 Euro

Leitung: Heidi Böss, Fachkraft für Eltern-Kind-Kreise BAG

## Rückbildungsgymnastik

### Rückbildungsgymnastik nach der Geburt

Nr. 234

Neben spezifischen Übungen zur Bauch- und Beckenbodenkräftigung werden in diesem Kurs auch allgemeine Haltungsübungen und kreislauffördernde Übungen durchgeführt.

Termin: Donnerstag, 15.09.2011 bis 08.12.2011 – 10 x  
Donnerstag, 26.01.2012 bis 22.03.2012 – 9 x  
Donnerstag, 19.04.2012 bis 14.06.2012 – 7 x

Dauer: 7 – 10 Treffen

Zeit: 20.00 – 21.00 Uhr

Gebühr: 10 x = 47,50 Euro; 9 x = 42,75 Euro; 7 x = 33,25 Euro

Leitung: Mechthild Aull, staatl. gepr. Gymnastiklehrerin

Zu allen Kursen  
bitte rechtzeitig anmelden.  
Danke!