

REGELMÄßIGE VERANSTALTUNGEN

HEBAMMENSPRECHSTUNDE

Christine Göke, staatl. anerkannte Hebamme, Familienhebamme

Individuelle Unterstützung und Beratung rund um Schwangerschaft, Geburt und die erste Zeit danach.

**Bitte vereinbaren Sie einen Termin unter
Telefon: 0151-18964793**

ELTERN-TREFF

(DIE MUTTER-VATER-KIND-GRUPPEN)

In gemütlicher Atmosphäre

- sich mit anderen Eltern austauschen,
- sich regelmäßig treffen,
- Spiele und Lieder kennenlernen, basteln,
- von eigenen Erfahrungen berichten,
- Fragen stellen,
- Kontakte knüpfen,
- und vieles mehr...

Eltern-Treff 1:

Astrid von Arend, staatl. examinierte Hebamme für Kinder im Alter von 0-1 Jahre:
Montags von 10:00 bis 12:00 Uhr
im Raum 314 in der 3. Etage

Eltern-Treff 2: neu: FREITAGS

Beginn ab Freitag, 22. August 2014
Für Kinder im Alter von 1-2,5 Jahre:
Freitags von 10:45 bis 12:15 Uhr
im Eltern-Kind-Raum, KBS, in der 1. Etage

KONTAKT

Sozialdienst katholischer Frauen (SKF)
Dortmund-Hörde Schwangerschaftsberatungsstelle
Fit für's Baby
Propsteihof 10, 44137 Dortmund-Innenstadt
Tel: (0231) 18 48-220
schwangerschaftsberatung@kath-centrum.de
www.skf-hoerde.de
Kontakt: Frau Ross



Alle Kurse finden im Katholischen Centrum statt, Propsteihof 10 in der Dortmunder Innenstadt, wenn nicht anders beschrieben.

Bitte melden Sie sich immer für die Kurse an. Weitere Informationen erhalten Sie unter Tel: (0231) 18 48-220.

Die Teilnahme an den Kursen ist kostenlos, wenn nicht anders beschrieben!

**Katholische
Schwangerschaftsberatungsstelle**
(im Katholischen Centrum)



Fit für's Baby

Angebote
rund um die Schwangerschaft, die
Geburt und die Zeit danach

Juli bis September 2014



Sozialdienst
katholischer
Frauen e.V.

Dortmund-Hörde

GEBURTSPREPARATIONSKURS FÜR FRAUEN

Astrid von Arend, staatl. examinierte Hebamme

Unser Leben verändert sich

- Das Leben mit dem Baby bringt viele Fragen mit sich...
- Zahnarzt Dr. Olaf Bickel gibt Informationen und Tipps zum Thema „Zahnpflege bei Schwangeren und Säuglingen“

Säuglingspflege und Ausstattung - was braucht ein Baby?

- Erstausrüstung
- Pflegemittel/Pflegetipps

Wie kommt das Kind zur Welt? Die Phasen der Geburt

- Vorbereitung auf die Geburt
- Umgang mit Wehen (Schmerzen und Atmung)

Die erste Zeit mit dem Kind

- Das Wochenbett
- Ernährung: Stillen oder Fläschchen?

Selbst aktiv werden - Atmen üben für die Geburt

- Wiederholung der Wehenatmung
- Praktische Übungen zur Geburt
- Massage und Entspannung

5-6 Termine jeweils **donnerstags**,

03. Juli bis 31. Juli, von 10:00-12:30 Uhr

21. August bis 25. September, von 10:00-12:00 Uhr

Im Raum 312 in der 3. Etage

GEBURTSPREPARATIONSTAG FÜR PAARE

Astrid von Arend, staatl. examinierte Hebamme

Vorbereitung auf Geburt und Elternschaft für Paare kompakt an einem Tag! Anmeldung erbeten.

Samstag, 06. September, von 10:00 bis 14:30 Uhr

Im Raum 312 in der 3. Etage

BABYMASSAGE

Christine Göke, staatl. anerkannte Hebamme, Familienhebamme

Für Babys im Alter von 0 bis 5 Monaten.

Mittwoch, 25. Juni, von 10:30 bis 12:00 Uhr und

Mittwoch, 03. Juli, von 10:30 bis 12:00 Uhr

Bitte Handtuch, Wickelunterlage und Öl mitbringen.

Im Raum 312 in der 3. Etage

BABYSPRECHSTUNDE FÜR MÜTTER UND IHRE BABYS

Cornelia Fröhlich, Dipl. Heilpädagogin, Kinderkrankenschwester und Eltern-Säuglings-Therapeutin

Sie bekommen Unterstützung, Informationen und praktische Übungen gezeigt, um Ihr Baby in schwierigen Situationen besser zu verstehen. Zum Beispiel, wenn sich das Baby kaum beruhigen lässt, viel weint, schwer einschlafen kann, dauernd oder nur schlecht trinkt oder sehr viel Aufmerksamkeit fordert.

Jeden **1. Montag** im Monat von **10:00 bis 12:00 Uhr**, beim Eltern-Treff 1

Im Raum 314 in der 3. Etage

SPRECHSTUNDE DER FAMILIENHEBAME

Christine Göke, staatl. anerkannte Hebamme, Familienhebamme

Für Familien und ihre Kinder im Alter von 0-1 Jahre.

Beginn: 15. September

Jeden **3. Montag** von **10:00 bis 12:00 Uhr** beim Eltern-Treff 1

Im Raum 314 in der 3. Etage

Die Kurse finden im Katholischen Centrum statt, Propsteihof 10 in der Dortmunder Innenstadt.

Bitte melden Sie sich für die Teilnahme an.

FLUVIUM

Vincenz-Jugendhilfe, Psychomotorisches Förderzentrum

In begleiteten, fachlich angeleiteten Spiel- und Bewegungssituationen erleben und erfahren sich die Kinder im Kontakt mit sich selbst und mit anderen. Sie lernen, vielfältige, sich im Spiel entwickelnde Aufgaben zu lösen.

Das Angebot richtet sich an Kinder im Alter von 1-3 Jahren.

Teilnehmerzahl: 7 Kinder plus je 1 Begleitperson.

Anmeldung erwünscht.

Mittwoch, 09. Juli, von 10:00 bis 12:00 Uhr

Ort: Oesterholzstr. 85-91, 44145 Dortmund

AUSFLUG ZUM SCHULTENHOF

Wir besuchen den Schultenhof in Brünninghausen, und entdecken gemeinsam die Tier- und Pflanzenwelt auf einem Bauernhof. Es gibt einen Wasserspielplatz und ein Café für eine gemütliche Pause, sowie einen Hofverkauf eigener Waren. Alle sind herzlich eingeladen. Anmeldung bitte bis 10. Juli.

Mittwoch, 16. Juli, von 10:00 bis 13:00 Uhr

Treffen: Schultenhof, Stockumer Straße 109, 44225 Dortmund, www.awo-schultenhof.de

AUSFLUG ZUM WESTFALENPARK

Wir besuchen zusammen den Westfalenpark, erkunden den Spielplatz und genießen beim gemeinsamen Picknick eine Auszeit. Bitte bringen Sie für das Picknick für sich und Ihr Kind Verpflegung, eine Decke und gute Laune mit. Eintritt für kleine Kinder frei. Alle sind herzlich eingeladen. Anmeldung bitte bis 07. August.

Montag, 11. August, von 11:00 bis 13:00 Uhr

Treffen am Robinson-Spielplatz

BINDUNGSGRUPPE

Cornelia Fröhlich und Christine Göke

Diese Gruppe richtet sich an Frauen, die einen erschwerten Start mit ihrem Neugeborenen erlebt haben und diese Erlebnisse besprechen möchten. Z.B. schwere Geburt, Kaiserschnittentbindung, frühe Trennung vom Kind. Zudem kann auch gerne jede/r teilnehmen, der mehr zur Bindungsförderung zu seinem Kind erfahren und erleben möchte.

4 Termine, 14- tägig,

Beginn: Mittwoch, 03. September, 14:00 bis 15:30 Uhr

Kosten: 20,-€ (Ermäßigung nach Absprache)

Im Raum 312 in der 3. Etage

Wenn Sie Interesse haben, sprechen Sie uns bitte an.
Anmeldung erforderlich,

BINDUNGSGRUPPE

Cornelia Fröhlich und Christine Göke

Diese Gruppe richtet sich an Frauen, die einen erschwerten Start mit ihrem Neugeborenen erlebt haben und diese Erlebnisse besprechen möchten. Z.B. schwere Geburt, Kaiserschnittentbindung, frühe Trennung vom Kind. Zudem kann auch gerne jede/r teilnehmen, der mehr zur Bindungsförderung zu seinem Kind erfahren und erleben möchte.

4 Termine, 14- tägig,

Beginn: Mittwoch, 03. September, 14:00 bis 15:30 Uhr

Kosten: 20,-€ (Ermäßigung nach Absprache)

Im Raum 312 in der 3. Etage

Wenn Sie Interesse haben, sprechen Sie uns bitte an.
Anmeldung erforderlich,

BINDUNGSGRUPPE

Cornelia Fröhlich und Christine Göke

Diese Gruppe richtet sich an Frauen, die einen erschwerten Start mit ihrem Neugeborenen erlebt haben und diese Erlebnisse besprechen möchten. Z.B. schwere Geburt, Kaiserschnittentbindung, frühe Trennung vom Kind. Zudem kann auch gerne jede/r teilnehmen, der mehr zur Bindungsförderung zu seinem Kind erfahren und erleben möchte.

4 Termine, 14- tägig,

Beginn: Mittwoch, 03. September, 14:00 bis 15:30 Uhr

Kosten: 20,-€ (Ermäßigung nach Absprache)

Im Raum 312 in der 3. Etage

Wenn Sie Interesse haben, sprechen Sie uns bitte an.
Anmeldung erforderlich,

*Das Fit für's Baby- Team
wünscht allen Familien
einen schönen Sommer!*

*Das Fit für's Baby- Team
wünscht allen Familien
einen schönen Sommer!*

*Das Fit für's Baby- Team
wünscht allen Familien
einen schönen Sommer!*

Sozialdienst katholischer Frauen (SkF)
Dortmund-Hörde Schwangerschaftsberatungsstelle
Fit für's Baby
Propsteihof 10, 44137 Dortmund-Innenstadt
Tel: (0231) 18 48-220

Sozialdienst katholischer Frauen (SkF)
Dortmund-Hörde Schwangerschaftsberatungsstelle
Fit für's Baby
Propsteihof 10, 44137 Dortmund-Innenstadt
Tel: (0231) 18 48-220

Sozialdienst katholischer Frauen (SkF)
Dortmund-Hörde Schwangerschaftsberatungsstelle
Fit für's Baby
Propsteihof 10, 44137 Dortmund-Innenstadt
Tel: (0231) 18 48-220