2021

Jahresbericht

Fit fürs Baby

Sozialdienst kath. Frauen Hörde e.V.

Inhaltsverzeichnis

1 Träger und Anbindung 1

1.1 Der SkF Hörde e.V. 1

1.2 Die katholische Schwangerschaftsberatungsstelle in Dortmund 2

2 Das Projekt 3

2.1 Was ist FitfürsBaby? 3

2.2 Das Team 4

2.3 Ein weiteres „besonderes“ Jahr 5

2.4 Jahresrückblick der Angebote mit Bildern 6

2.4.1 Geburtsvorbereitung 6

2.4.2 Hebammensprechstunde und Wochenbettambulanz 6

2.4.3 Elterntreff 1 7

2.4.4 Elterntreff 2 7

2.4.5 Ausflüge und Feste 8

2.4.6 Vorträge / Workshops 9

2.4.7 Babymassage 9

2.4.8 Rückbildungsgymnastik 9

3 Corona-Aufholpaket 10

4 Statistik 11

5 Ausblick auf 2022 – kurz und bündig 12

6 Danksagung 13

7 Trägerinformation 14

1 Träger und Anbindung

1.1 Der SkF Hörde e.V.

Die Idee von Agnes Neuhaus, der Gründerin des Sozialdienstes katholischer Frauen (SkF) ist auch in 2021 aktueller denn je. Es gibt besondere Not- und Konfliktsituationen, von denen Frauen besonders betroffen sind und in denen Frauen anderen Frauen in besonderer Weise helfen können - unabhängig von ethnischer Herkunft, Weltanschauung, sexueller Ausrichtung, Religion und Konfessionszugehörigkeit. Der Sozialdienst katholischer Frauen Hörde e.V. ist ein eigenständiger Fachverband der sozialen Arbeit im Deutschen Caritasverband, der aus christlicher Verantwortung heraus vielfältige Hilfen mit und für Menschen anbietet. Er wirkt an der Gestaltung des kirchlichen und gesellschaftlichen Lebens mit, um bestmöglich dem Wohl des Menschen zu dienen. Ein Grundprinzip des Verbandes ist das Zusammenwirken von ehren- und hauptamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern.

Der Sozialdienst kath. Frauen e.V. Ortsverein Hörde ist in 2021 aus dieser schwerpunktmäßig in folgenden Arbeitsfeldern tätig:

- ✓ Kath. Schwangerschaftsberatung in Dortmund, Hamm und Castrop-Rauxel mit dem Angebot der Frühen Hilfen ***„Fit fürs Baby“***
- ✓ Allgemeine Soziale Beratung incl. rechtlicher Kurzberatung
- ✓ Präventive Gesundheitsberatung/-kurse für Senior:innen
- ✓ Seniorenbegleitung
- ✓ Digital-Kompass für Senior:innen
- ✓ Beratung für Alleinerziehende
- ✓ Ehrenamtliche (freie Zeit für Familien, Familienpat:innen„fit for school and life“ –Hausaufgabenunterstützung)
- ✓ Info - Service St. Joseph (Dortmunder Nordstadt)
- ✓ Quartiersmanagement / Stadtteilbüro als Anlaufstelle für Mieter der gws-wohnen Dortmund Süd e.G. in allen sozialen Fragen
- ✓ Schuldner- und Insolvenzberatung
- ✓ Mehr-Generationen-Haus als Ort der Begegnung für alle Generationen
- ✓ Führung von Vormundschaften und Pflegschaften für Minderjährige (z.B. unbegleitete Flüchtlinge)
- ✓ Frauenprojekt („Neu in Deutschland“)
- ✓ Projekt „Bildung und Teilhabe“

Die Geschäftsstelle befindet sich in Dortmund-Hörde und ist auch als Mehrgenerationenhaus und B3 bekannt.
Drei weitere Stellen sind in Hamm, im katholischen Zentrum und der Münsterstraße zu finden. Mehr unter: www.skf-hoerde.de

1.2 Die katholische Schwangerschaftsberatungsstelle in Dortmund

An kaum eine andere Umbruchsituation im Leben einer Frau sind so viele gegensätzliche Emotionen geknüpft: Freude, Angst, Unsicherheit, Hoffnungen, Zweifel, Sorge, Überforderung, Wünsche – und oftmals auch noch alles gleichzeitig!
Sicher ist: Schwanger sein schafft Veränderungen! In Zeiten einer Pandemie erhält diese Veränderung noch eine weitere besorgniserregende Qualität.

Die Beraterinnen der katholischen Schwangerschaftsberatung im katholischen Zentrum in Dortmund stehen den schwangeren Frauen zur Seite und unterstützen sie bei all ihren Fragen, Sorgen, Zweifeln, Ängsten und Freuden.

Seit 1986 ist die Schwangerschaftsberatung des SkF Dortmund-Hörde in der Dortmunder Innenstadt an der aktuellen Stelle aktiv. Dort beraten in 2021 vier Expertinnen bei insgesamt 2,7 VZ-Stellen mit viel Erfahrung und Kompetenz alle Hilfesuchenden. In den Beratungsgesprächen können ganz unterschiedliche Bereiche angesprochen werden, wie z.B.:

- ✓ materielle und finanzielle Probleme
- ✓ Schwierigkeiten im Umgang mit Behörden
- ✓ die Situation in der Familie (allein oder in Partnerschaft)
- ✓ der Wunsch nach Entwicklung neuer Perspektiven
- ✓ Informationen zur vorgeburtlichen Untersuchungen
- ✓ Trauerbegleitung bei Fehl- oder Totgeburt oder nach Schwangerschaftsabbruch
- ✓ Fragen zu Sexualität, Familienplanung und Elternschaft
- ✓ Begleitung auch nach der Geburt des Kindes
- ✓ Vertrauliche Geburt

Zusätzlich wird eine online-Beratung angeboten

www.caritas.de/hilfeundberatung/

In 2021 konnte die Beratung trotz des Lockdowns und der folgenden Kontaktbeschränkungen weitgehend aufrechterhalten werden, in dem Beratungen telefonisch, online oder face-to-face unter Einhaltung der jeweiligen Coronaschutzverordnung durchgeführt wurden.

Ein Teil des Teams 2021:

(von links nach rechts) Astrid von Arend, Bärbel Pielsticker, Christine Göke, Birgit Sauer und Elisabeth Humpert (es fehlen Kirsten Franke und Nicole Lebeus)

2 Das Projekt

2.1 Was ist FitfürsBaby?

Wenn sich ein Kind ankündigt, steht die Welt oft Kopf. Neben der Freude gibt es auch Unsicherheiten und natürlich jede Menge Fragen.

Was bedeutet das für mich? Was bedeutet es für meine Partnerschaft? Habe ich Unterstützung oder muss ich allein durch diese Verantwortung? Und bin ich dieser Verantwortung auch gewachsen? Wie werde ich finanziell zurechtkommen?

Diese Fragen und Unsicherheiten begleiten das „Fit fürs Baby“-Team seit 2006. Es sollte auf Dortmunder Ebene neben den Beratungen ein zusätzliches Angebot für werdende Eltern und junge Familien geschaffen werden, die aus unterschiedlichen Gründen- z.B. sprachliche Barrieren oder finanzielle Schwierigkeiten- nicht an herkömmlichen vorbereitenden oder begleitenden Kursen teilnehmen. Alle „Fit fürs Baby“ Angebote sind niedrigschwellig und kostenlos. Dank einer zusätzlichen Förderung durch das Corona-Aufholpaket (das Förderprogramm für Kinder, Jugend und Familien) steht „Fit fürs Baby“ den werdenden Eltern von der Schwangerschaft bis zum 3. Geburtstag des Kindes seit September 2021 mit aktuell 39 Wochenstunden beratend zur Seite.

Entlasten – Stärken - Motivieren

Du schaffst das! Du bist nicht allein! Hier kannst Du auftanken, Kraft sammeln! Hier erfährst Du Gemeinschaft! Hier bekommst Du Unterstützung und Aufklärung!

Die Angebote von “Fit fürs Baby“ beginnen in der Schwangerschaft mit Geburtsvorbereitung und der Hebammensprechstunde und gehen nahtlos über in einen Elterntreff, zunächst für die Jüngsten von 0 Monaten bis zum 1. Geburtstag und anschließend für die Größeren vom 1. bis zum 3. Geburtstag. Ergänzt wird das Programm von Flohmärkten, Erste-Hilfe-Kursen, Adventsfeiern, Workshops, Babymassage und anderen informativen Veranstaltungen. Zusätzlich ermöglichen verschiedene Ausflüge die Sozialraumerkundung und geben den Familien Ideen an die Hand, welche Möglichkeiten in ihrer unmittelbaren Umgebung bestehen. Ziel ist es, den jungen Familien von Anfang an kompetent und beratend zur Seite zu stehen, ein offenes Ohr für Sorgen und

Nöte zu haben, ggf. weitere Hilfen zu installieren und nicht zuletzt eine Plattform für Kontakte zu sein.

Fit fürs Baby ist Hilfe zur Selbsthilfe und bildet den Bereich der Frühen Hilfen. Es ist ein ganzheitliches Angebot für Schwangere und ihre Partner sowie Angehörige und Fachkräfte (z.B. Gesundheitsfachkräfte). Finanziert wird „Fit fürs Baby“ über die frühen Hilfen des Bundes und das Familienprojekt der Stadt Dortmund.

2.2 Das Team

Das „Fit fürs Baby“-Team besteht seit 2019 und auch aktuell aus zwei langjährig erfahrenen Hebammen, welche zusätzlich über eine Ausbildung zur Krankenschwester verfügen.

Die Zusammenarbeit von Astrid von Arend (Hebamme und Studentin) und Christine Göke (Hebamme und Familienhebamme) hat sich im Jahr 2021 nicht verändert. Frau von Arend absolviert weiter das berufsbegleitende Studium „Gesundheit und Sozialraum“ und hat so immer neue Impulse und Ideen für das Projekt. Frau Göke verfügt durch Ihre langjährige Arbeit als Familienhebamme in Dortmund über ein breit gefächertes Netzwerk und kann durch ihre freiberufliche Tätigkeit als Hebamme in schwierigen Situationen zu Hause helfend zur Seite stehen.

2.3 Ein weiteres „besonderes“ Jahr

Auch das Jahr 2021 war geprägt durch die wechselhafte Corona-Situation. Nach wie vor hieß es, zwischenmenschliche und persönliche Kontakte auf ein Minimum zu reduzieren. Während des ersten Halbjahres und insbesondere während des Lockdowns vom 10.01.2021 bis 17.05.2021 war die Situation weiterhin – gerade für unsere Familien – sehr herausfordernd. Unkalkulierbar geschlossene Kindergärten und Schulen, Kurzarbeit, Arbeitslosigkeit, Homeoffice und der Wegfall alternativer Betreuungsmöglichkeiten für das Kind und Isolation – um nur einige der Auswirkungen der Corona Pandemie auf junge Familien zu nennen. Und dennoch – trotz dieser belastenden Umstände ist es dem „Fit fürs Baby“ – Team weiter gelungen, den Kontakt zu den Familien zu halten. Sowohl virtuell wie auch in persönlichen Einzelterminen konnte große und kleine Hilfe geleistet werden, manchmal brauchte es nur ein offenes Ohr. Auch 2021 war die Wunschbaum-Aktion im Karstadt Warenhaus ein voller Erfolg und brachte viele Kinderaugen zum Strahlen. Zusätzlich konnten wir auf die großzügige Spendenbereitschaft des BabyMarkt – Logistikzentrums in Dortmund Dorstfeld bauen. B-Ware, welche sehr gut erhalten ist, wird von den dortigen Mitarbeiter:innen mit großem Engagement und Herzblut aussortiert und das FitfürsBaby – Team fungiert gerne auch mal als „Transportunternehmen“.

So ist es dem Team von „Fit fürs Baby“ auch 2021 gelungen, den Familien mit Rat, Tat und Sachspenden zur Seite zu stehen und auch in dieser Ausnahmesituation Ansprechpartner und regelmäßiger Anlaufpunkt zu bleiben.

2.4 Jahresrückblick der Angebote mit Bildern

2.4.1 Geburtsvorbereitung

regelmäßig stattfindendes geschlossenes Gruppenangebot für 4-8 Frauen im Block von 5 Einheiten á 2 Stunden/Woche (5-6x/Jahr) oder 2-3 Paare im Block von 3 Einheiten á 2 Stunden/Woche (1-2x/Jahr, später Nachmittag)

- ✓ Schwangerschaftsbeschwerden
- ✓ Veränderungen des Körpers
- ✓ Geburt, Umgang mit Schmerzen, Atemtechniken, Klinikprocedere
- ✓ sinnvolle und preisgünstige Anschaffungen
- ✓ Säuglingspflege
- ✓ Wochenbett
- ✓ Ernährung eines Säuglings, Stillen

2.4.2 Hebammensprechstunde und Wochenbettambulanz

1 x wöchentlich Einzelberatungen (nach Bedarf auch öfter) online oder vor Ort

Themen:

- ✓ Beratung und Hilfe bei Beschwerden in der Schwangerschaft
- ✓ Beratung und Hilfe bei Fragen während des Wochenbetts, Stillen oder Ernährung des Säuglings
- ✓ Gewichtskontrollen beim Neugeborenen
- ✓ Hilfestellung bei Anträgen auf Kindergeld und Elterngeld

2.4.3 Elterntreff 1

1 x wöchentlich 1,5 Std. für Eltern mit Kindern von 0 bis 1 Jahr (Offener Treff)

- ✓ medizinische Informationen zum Schlaf- und Trinkverhalten von sehr jungen Säuglingen, SIDS-Prophylaxe, Schreien und Unruhe, typischen Hautveränderungen, Nabelpflege
- ✓ Vermittlung von Verlässlichkeit, wiederkehrende Strukturen in Form von Begrüßungs- und Abschiedslied, kleinen Fingerspielen
- ✓ Befindlichkeitsrunde: JEDE Frau kommt zu Wort und wird gehört
- ✓ Pflegen eines wertschätzenden und wertungsfreien Miteinanders
- ✓ Vorbildfunktion, Frauen lernen von Frauen
- ✓ Möglichkeiten, freundschaftliche Kontakte in der Gruppe zu knüpfen (Aufbau eines sozialen Netzwerkes)

2.4.4 Elterntreff 2

1x wöchentlich 1,5 Std. für Eltern mit Kindern von 1 bis 3 Jahre (Offener Treff)

- ✓ Begleitung des Übergangs von Entwicklung und Versorgung zu Entwicklung und Erziehung
- ✓ Förderung der Bewegungsfreude der Kinder mit ihren Eltern
- ✓ Allgemeiner Austausch und Austausch und Beratung zu Themen der Entwicklung und Erziehung
- ✓ Abbau von Unsicherheiten und Zweifeln im persönliche Umgang mit dem Kind
- ✓ Sensibilisierung des kulturellen Verstehens und Verständnisses durch Austausch über die persönlichen Lebenswelten
- ✓ Förderung eines Gemeinschaftsgefühls durch gemeinsame Themen, Spiele und Erlebnisse
- ✓ Förderung eines sozialen Netzwerkes für die einzelnen Frauen durch das Knüpfen freundschaftlicher Kontakte und Austausch über Möglichkeiten und Erfahrungen mit anderen Angeboten

2.4.5 Ausflüge und Feste

- ✓ Flohmarkt erstmalig mit großer Tombola–
  Familien aus dem Projekt und Externe können in 2021 im Herbst endlich wieder im Rahmen der liebevoll selbst organisierten Veranstaltung eigene Baby- und Kinderkleidung und Spielzeug verkaufen, selbst günstig einkaufen und einen gemütlichen Nachmittag bei Waffeln, Kaffee und Getränken
- ✓ Kennenlernen der kostenfreien und kostengünstigen Ausflugsmöglichkeiten in Dortmund: Rombergpark, Westfalenpark und Zoo Dortmund
- ✓ Gemeinsamer Spaziergang statt Adventfeier
- ✓ Charityaktion „Wunschbaumaktion von Karstadt“ zu Weihnachten

2.4.6 Vorträge / Workshops

- ✓ Ernährung im ersten Lebensjahr (Übergang von Milchernährung zu halbfester B(r)eikost gemäß dem Forschungsinstitut für Kinderernährung
- ✓ Erste Hilfe beim Kind (von Wundversorgung über Verschlucken, Verbrennen bis hin zu Reanimationstraining mit Rea-Puppe)
- ✓ Große Hilfe bei kleinen Wehwehchen (Ressourcenförderung zur Selbstanwendung von kleineren Maßnahmen wie z.B. Wickel oder Auflagen zur Gesundung des Kindes)
- ✓ Grenzen setzen für junge Mütter

2.4.7 Babymassage

regelmäßig stattfindendes Gruppenangebot für 3 bis 4 Kindern (4-6x/Jahr)

- ✓ Förderung der Wahrnehmung und der Empathie für das Kind und Bindungsförderung
- ✓ Abbau von Überforderung und Unsicherheit im Umgang mit dem Kind
- ✓ Vermittlung von einfachen Massagetechniken
- ✓ Mütter/Väter erhalten wirksame Tools zum Umgang mit kleineren Beschwerden des Kindes

2.4.8 Rückbildungsgymnastik

Gruppenangebot für 3 bis 4 Mütter

- ✓ Förderung von Wahrnehmung und theoretischer Kenntnisse der Bauch- und Beckenbodenmuskulatur
- ✓ Praktische Übungen zum gezielten Aufbau der von Schwangerschaft und Geburt betroffenen Muskulatur
- ✓ Tipps für den Alltag

3 Corona-Aufholpaket

Die Pandemie hat uns durch 2021 hindurch begleitet und das Aktionsprogramm „Aufholen nach Corona für Kinder und Jugendliche“ des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend ermöglichte, wie schon im Kapitel 2.1 kurz erwähnt, eine Erweiterung des Projektumfanges um weitere 19,5h in der Woche für den Zeitraum 9/21 bis 12/22.

Das Programm legt in seiner Zweckbeschreibung unter der Rubrik „Förderung der frühkindlichen Bildung“ u.a. besonderen Wert auf die Intensivierung der frühen Hilfen und die damit verbundene Erhöhung der niedrigschwelligen Unterstützungsangebote. Genau hier konnten wir ansetzen. Schneller, direkter und langfristiger konnten wir die belasteten Familien erreichen. Durch den erhöhten Stundenumfang konnte die Erreichbarkeit quantitativ erhöht werden. Ein weiteres Ziel der Aufstockung sollte sein, das Angebot an die pandemiebedingten Bedingungen anzupassen, auch das ist gelungen und währt fort. Obwohl wir in 2021 nur anteilig drei Monate mit dem erhöhten Stundenumfang tätig waren konnte wir mehr Familien erreichen. Wir hoffen und arbeiten daran, dass wir dieses Ergebnis in 2022 halten können.

4 Statistik

Vorgeburtliches Kursangebot	Teilnehmer:innen
(online)-Geburtsvorbereitungskurse	128
(online)-Hebammensprechstunde	42
Insgesamt	170

nachgeburtliches Kursangebot	Teilnehmer:innen
Elterntreff 1	460
Elterntreff 2	360
Vorträge	30
Ausflüge / Veranstaltungen	163
Babymassage	44
Babysprechstunde	156
Insgesamt	1213
Total	1383

5 Ausblick auf 2022 – kurz und bündig

- ✓ Aufgrund der anhaltenden pandemischen Situation planen wir flexibel (Präsenz/digital/hybrid) unsere zusätzlichen Angebote, wobei wir hier den Fokus auf Erhalt der Komm-Struktur und Präsenz legen, um den Familien auch während der Pandemie eine Anlaufstelle anbieten zu können.
- ✓ Wir nutzen jetzt und in Zukunft die neuen Arbeitshilfen, die im Kontext des Aufholpakets für die Praxis entwickelt wurden (Krisen bewältigen-Ideen für Familien).
- ✓ Neue Programminhalte sind im Jahr 2022 geplant. Hierzu gehören Bewegungsangebote in verschiedenen Sozialräumen der Stadt und Workshops zur frühkindlichen Entwicklung.
- ✓ Es entsteht ein zusätzlicher, neuer Kursort in Hörde, dadurch stellen wir uns breiter auf und sind räumlich noch besser zu erreichen.
- ✓ Das Team ist in 2021 an 4 Tagen der Woche erreichbar.
- ✓ Teamzusammensetzung ab 1.3.2021: Ergänzung des Teams durch eine Physiotherapeutin zur Umsetzung der neuen Angebote im Bereich der motorischen Entwicklung.

6 Danksagung

Danke… dem Familienprojekt der Stadt Dortmund. Hierhin geht selbstverständlich unser größter Dank. Durch die regelfinanzierte Unterstützung ist es uns möglich, unsere vielfältigen Angebote anzubieten.

Danke… an die Bundesregierung, welche das Aufholpaket nach Corona auf den Weg gebracht hat und uns damit die Vielfalt der Angebote in 2021 und darüber hinaus ermöglicht hat.

Danke… an unsere Ehrenamtlichen und Honorarkräfte, die es durch ihr Engagement, ihren Ideenreichtum und ihr Einfühlungsvermögen immer wieder schaffen, die Frauen und Familien zu stärken, zu informieren und „fit fürs Baby“ zu machen.

Danke… dem Team des katholischen Forums, allen voran Pastor Stefan Tausch, der uns mit Räumlichkeiten, Motivation und dem „kurzen Dienstweg“ so wertschätzend und kreativ unterstützt hat.

Danke… an alle Netzwerkpartner:innen, die zum guten Gelingen und zu einer konstanten und zuverlässigen Zusammenarbeit beigetragen haben.

Danke… dem Team der Gesundheitsfachkräfte des Gesundheitsamtes, die unsere Angebote so stetig und verlässlich nutzen und an den Ihnen anvertrauten Familien weitergeben..

Danke… allen privaten und gewerblichen Spender:innen, insbesondere dem BabyMarkt.

Danke… all unseren Teilnehmer:innen, die wir in 2021 – teils durch schwierige Situationen – begleiten durften und die dafür an Mundpropaganda und Lob nicht gespart haben. Durch Euch ist und bleibt „Fit fürs Baby“ ein feststehender Begriff im Dortmunder Stadtgebiet und über seine Grenzen hinaus.

Danke… für das Verständnis, falls wir jemandem vergessen haben zu danken.

7 Trägerinformation

Träger: Sozialdienst katholischer Frauen Hörde e.V.
Niederhofener Str. 52
44263 Dortmund
Tel. 0231 – 42579960
Fax 0231 – 42579965
verwaltung@skf-hoerde.de
www.skf-hoerde.de

1. Vorsitzende: Claudia Middendorf

Geschäftsführung: Susanne Smolen
Dipl.-Sozialarbeiterin
smolen@skf-hoerde.de

Dienststelle: Katholische Schwangerschaftsberatung
Fit fürs Baby
Propsteihof 10
44137 Dortmund
Tel. 0231 – 1848220
Fax 0231 – 1848219
schwangerschaftsberatung@skf-hoerde.de

Mitarbeiterinnen: Christine Göke
Krankenschwester, Hebamme & Familienhebamme
schwangerschaftsberatung.goeke@skf-hoerde.de
Tel. 0231 – 1848221

Astrid von Arend
Krankenschwester & Hebamme
schwangerschaftsberatung.vonarend@skf-hoerde.de
Tel. 0231 – 1848221