

REGELMÄßIGE VERANSTALTUNGEN

HEBAMMENSPRECHSTUNDE

Astrid von Arend (Hebamme)

Christine Göke (Hebamme & Familienhebamme)

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

!! In der Corona Zeit auch digital möglich !!

Bitte vereinbaren Sie einen Termin unter

Tel: (0231) 18 48-220

oder schreiben Sie per  mit konkreten Fragen an:

schwangerschaftsberatung.vonarend@skf-hoerde.de

schwangerschaftsberatung.goetze@skf-hoerde.de

ELTERN-TREFF 1 & 2

(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:

!!NEUER TAG!!!

Astrid von Arend (Hebamme)

für Kinder im Alter von 0-1 Jahre:

mittwochs von 9:30 bis 11:30 Uhr

EG, Raum 001



Eltern-Treff 2:

Christine Göke (Hebamme & Familienhebamme)

für Kinder von 1-3 Jahre:

mittwochs von 10:30 bis 12 Uhr

in der 1. Etage im Gymnastikraum der



FLOHMARKT

Herzliche Einladung zur Schnäppchenjagd!



Baby- und Kinderbekleidung sowie Spielzeug und weiteren Bedarf zu günstigen Preisen!

Natürlich gemäß aktueller Corona-Schutz-Verordnung!

Möchten Sie einen Stand anbieten?

Standgebühr 5€ / Ort wird noch bekannt gegeben!

Melden Sie sich bitte unter 1848-220

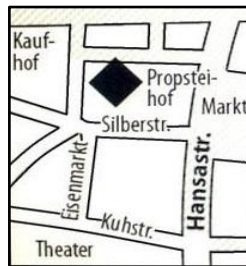
Anmeldung für den Stand erforderlich!

Samstag, 30. Oktober 2021

von 10 bis 14 Uhr



**Alle Kurse finden statt im Katholischen Centrum,
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.

Fit fürs Baby



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

Juli bis September 2021

Kontakt:

Kath. Schwangerschaftsberatung

Fit fürs Baby

Astrid von Arend & Christine Göke

Hebammen

Propsteihof 10 (Kath. Centrum)

44137 Dortmund-Innenstadt

Tel: (0231) 18 48 220

www.skf-hoerde.de

schwangerschaftsberatung.vonarend@skf-hoerde.de

schwangerschaftsberatung.goetze@skf-hoerde.de



Sozialdienst
katholischer
Frauen e.V.

SKF Dortmund-Hörde

www.skf-hoerde.de



GEBURTSPREBEREITUNGSKURS FÜR FRAUEN

Astrid von Arend & Christine Göke (Hebammen)



Das Leben verändert sich mit der Schwangerschaft.

- Hilfen bei Schwangerschaftsbeschwerden

Das Leben mit dem Baby bringt viele Fragen mit sich...

- Säuglingspflege und Ausstattung - was braucht ein Baby?

Wie kommt das Kind zur Welt? Die Phasen der Geburt.

- Vorbereitung auf die Geburt
- Umgang mit Schmerzen unter der Geburt (Atemtechniken)

Die erste Zeit mit dem Kind.

- Ernährung in der ersten Lebenszeit

5 Termine jeweils **donnerstags**,

01. Juli bis 29. Juli

(Kurs 4/21)

19. August bis 16. September

(Kurs 5/21)

jeweils von 10 bis 12 Uhr

EG, Raum 001

Anmeldung erforderlich!



BABYMASSAGE

Christine Göke (Hebamme)

Für Babys im Alter von 0 bis ca. 6 Monaten.

Montag, 9. August

Montag, 13. September

von 10 bis 12 Uhr 3. Etage, Raum 309

Bitte Handtuch, Wickelunterlage und Öl mitbringen.

Anmeldung erforderlich!

GRENZEN SETZEN FÜR JUNGE MÜTTER

Astrid von Arend & Martina Braun-Wattenberg

Wie kann ich meine Mutterrolle im „Alltagswahnsinn“ mutig und selbstbewusst leben? Wir möchten in diesem Workshop regelmäßig darüber nachdenken und uns austauschen, warum es so wichtig ist, auch immer mal wieder „Nein!“ zu sagen. Der Workshop findet in den Elterntreff's statt. Mit freundlicher Unterstützung des ZONTA Club Dortmund Phönix.

1x mtl. Elterntreff 1 oder 2

Geburtsvorbereitung für Paare

Astrid von Arend (Hebamme)

Auch für werdende Väter ist die Zeit rund um Schwangerschaft und Geburt Neuland. In diesem Kurs beschäftigen wir uns mit den Fragen und Sorgen, die nicht nur die Frauen betreffen.

Anmeldung erforderlich!

Montag, 30. September

16 bis 18 Uhr

!!Digitales Angebot!!



Katholisches Forum

HINWEIS: ERÖFFNUNG DES REFUGIUMS

Die Räume des Refugiums unseres Kooperationspartners am Propsteihof 5 (direkt neben der Bonifatius Buchhandlung) sind fertig und werden eröffnet. Entstanden ist ein einladender Zufluchts- und Rückzugsort für Begegnungen und Seelsorge.

Freitag, 13. August ab 11 Uhr

FERIENANGEBOT 2021

FIT FÜRS BABY - FAMILY & FRIENDS

Astrid von Arend & Christine Göke (Hebammen)

Nach einer langen Corona-Pause möchten wir Euch- aber auch Euren älteren Kindern und Freunden- zwei schöne Ausflüge in den Sommerferien anbieten! Folgende Aktionen haben wir uns für Euch überlegt:

WESTFALENPARK

Wir laden Euch herzlich auf eine spannende Geocaching Tour durch den Westfalenpark ein. Lasst Euch überraschen, welche Schätze dort zu finden sind. Bitte denkt an eine Picknick-Decke und Verpflegung für Groß und Klein, damit wir unseren Ausflug in gemütlicher Runde ausklingen lassen können.

Anmeldung erforderlich!

Treffpunkt: Eingang Baurat-Marx-Allee

Mittwoch, 14. Juli, von 10 bis 12 Uhr



ZOO DORTMUND

Gemeinsam machen wir eine Rallye durch den Zoo und beantworten allerhand Fragen rund um die Tierwelt. Am Ende gibt es sogar einen kleinen Preis zu gewinnen. Auch hier denkt bitte an Verpflegung für Groß und Klein!

Anmeldung erforderlich!

Mittwoch, 04. August, von 10 bis 12 Uhr

Treffpunkt am Haupteingang

