

Jahresbericht 2022

Fit fürs Baby



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



Sozialdienst
katholischer
Frauen e.V.

Dortmund-Hörde

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.goeke@skf-hoerde.de

Der Sozialdienst katholischer Frauen Dortmund-Hörde e.V.

„Zuhören – unterstützen – da sein“

Die Gründungsidee des Sozialdienstes katholischer Frauen (SkF) ist heute 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, Konfession und Religion. 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. Prinzip des Verbandes ist das Zusammenwirken von ehren- und hauptamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern.

Der Sozialdienst kath. Frauen e.V. Ortsverein Hörde ist daher im Jahr 2022 schwerpunktmäßig in folgenden Arbeitsfeldern tätig:

- Kath. Schwangerschaftsberatung in Dortmund, Hamm und Castrop-Rauxel mit den Angeboten der Frühen Hilfen („Fit fürs Baby“)
- Allgemeine Soziale Beratung incl. rechtlicher Kurzberatung
- Präventive Gesundheitsberatung/-kurse für Senior*innen
- Seniorenberatung und -begleitung
- Beratung für Alleinerziehende
- Ehrenamtliche Betreuung – „Freie Zeit für Familien“
- Quartiersmanagement / Stadtteilbüro
- Schuldner- und Insolvenzberatung
- Mehr-Generationen-Haus (MGH) als Ort der Begegnung für alle Generationen
- Führung von Vormundschaften und Pflegschaften für Minderjährige
- Frauenprojekte

Die Geschäftsstelle befindet sich in Dortmund-Hörde und ist auch als Mehrgenerationenhaus und B3 bekannt.

Katholische Schwangerschaftsberatung

An kaum ein anderes Wort sind so viele gegensätzliche Emotionen verbunden: Freude, Angst, Unsicherheit, Hoffnungen, Zweifel, Sorge, Überforderung, Wünsche – und oftmals auch noch alles gleichzeitig!

Sicher ist: Schwanger sein schafft Veränderungen! Die Beraterinnen der katholischen Schwangerschaftsberatung stehen den schwangeren Frauen zur Seite und unterstützen sie bei all ihren Fragen, Sorgen, Zweifeln, Ängsten und Freuden.

Bereits seit 1977 ist die Schwangerschaftsberatung des SkF Dortmund-Hörde in der Dortmunder Innenstadt aktiv. Dort beraten derzeit drei Expertinnen bei insgesamt 2,5 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: in einer Partnerschaft lebend oder allein zu sein
- der Wunsch nach Entwicklung neuer Perspektiven
- Informationen zu 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

Das Angebot der Beratungsstelle ist kostenlos, unabhängig von Konfession und

Zusätzlich wird eine online-Beratung unter www.caritas.de/hilfeundberatung/onlineberatung angeboten.



Kerngedanken zum Projekt „Fit fürs Baby“

Entlasten – Stärken – Motivieren

„Ja! Du schaffst das!“

„Du bist nicht allein!“

„Hier erfährst Du Gemeinschaft!“

Fit fürs Baby ist Hilfe zur Selbsthilfe.

Fit fürs Baby bildet in der Schwangerschaftsberatungsstelle den Bereich der Frühen Hilfen und ist ein ganzheitliches Angebot für Schwangere und ihre Partner sowie Angehörige und Fachkräfte (z.B. Familienhebammen). Regelfinanziert wird „Fit fürs Baby“ über das Familienprojekt der Stadt Dortmund.

Kündigt sich ein Kind an, wird alles auf den Kopf gestellt. Gedanken, die zuvor wichtig waren, werden plötzlich nichtig und klein. Sichtweisen auf die Welt verändern sich. Und mit diesen Veränderungen stellen werdende Eltern fest, dass das ‚Eltern werden‘ nicht nur Glücksmomente, sondern auch Zweifel beschert.

Der Übergang zur Elternschaft ist ein natürlicher Prozess im menschlichen Lebenslauf, der mit Erwartungen und Hoffnungen ebenso verbunden ist, wie mit Verunsicherungen, Stress und Ängsten – besonders in den ersten Monaten und ebenso besonders während der ersten drei Lebensjahre des Kindes.

‚Fit fürs Baby‘ bildet seit Ende 2006 den Bereich der Frühen Hilfe. Es ist ein ganzheitliches Angebot für schwangere Frauen und ihre Partner, während der Schwangerschaft bis zum Alter des Kindes von drei Jahren, sowie für interessierte Angehörige und Fachkräfte. Finanziert wird ‚Fit fürs Baby‘ über das Familienprojekt der Stadt Dortmund.

‚Fit fürs Baby‘ richtet sich an die Frauen und Familien, bei denen Unwissenheit oder Unsicherheit in Bezug auf ihre Schwangerschaft, die Geburt des Kindes oder die erste Zeit mit dem Kind besteht.

Die Beraterinnen der Schwangerschaftsberatung stellen ein wichtiges Bindeglied dar. Durch das Vertrauensverhältnis der schwangeren Frauen zu ihnen schaffen sie es, den Frauen die Ängste und Hemmungen zu nehmen, sich auf die Angebote von ‚Fit fürs Baby‘ einzulassen und sie anzunehmen.



Fit fürs Baby 2022

Dank der Gelder aus der Förderung „Aufholen nach Corona“ konnten wir in 2022 bei einem Projektumfang von 39 Wochenstunden mit insgesamt 3 Mitarbeiterinnen ein sehr breit gefächertes Kursangebot anbieten.

Die **Geburtsvorbereitungskurse** wurden in 2022 gut besucht und fanden erstmals auch in Castrop-Rauxel statt. Viele Frauen, die in der bestehenden Geburtsvorbereitungslandschaft keinen Platz gefunden haben, aufgrund von fehlender Kapazität oder sich auch in einer kritischen, Angst besetzten Lebenssituation befanden, konnten hier eingebunden werden. Durch einen überschaubaren Rahmen erlebten die Frauen eine Nähe zur Kursleitung und untereinander, die es ihnen ermöglichte, vertrauensvoll auch eventuell unangenehme Fragen zu stellen.

Zusätzlich nahmen in 2022 deutlich mehr schwangere Frauen die Möglichkeit wahr, in der **Hebammensprechstunde** eine individuelle Unterstützung und Beratung rund um Schwangerschaft, Geburt und die erste Zeit danach zu erhalten.

Bei der **Babymassage** erfuhren die frischgebackenen Eltern eine einfache, leicht erlernbare und gute Möglichkeit zum Bindungsaufbau und gleichzeitig ein Handwerkszeug zum Beheben von alltäglichen kleineren Problemen mit dem Kind (Bauchschmerzen, Blähungen, Unwohl sein, Unruhe...).

Zum **Elterntreff 1** kamen durchschnittlich bis zu zehn Mütter oder Väter mit ihren 0-1-jährigen Kindern, um wöchentlich sowohl medizinische als auch psychosoziale Beratung zu erhalten. Durch die gleiche Kursleitung wie im Geburtsvorbereitungskurs konnte hier das Vertrauensverhältnis weiter ausgebaut werden.

Für Eltern mit Kindern im Alter von 1-3 Jahren schließt der **Elterntreff 2** an den Elterntreff 1 an. Er wurde wöchentlich von ca. 3-8 Müttern oder Vätern mit ihren Kindern besucht. Die nun schon viel aktiveren Kinder hatten hier die Gelegenheit, ihren Bewegungsdrang auszuleben, gemeinsames Spielen und Singen zu erfahren und sich im Umgang mit Gleichaltrigen zu üben. Schön zu sehen war es, wie sich die Kinder im Laufe des Jahres in ihren Fähigkeiten und Fertigkeiten weiterentwickelten.

Durch die vorübergehende Stundenerhöhung auf 39 Wochenstunden konnte die Physiotherapeutin Christiane Hüls unser Team und damit auch unser Kurse um 4 weitere Angebote ergänzen.

Das **Windelcafe**, ein Angebot für Kinder im Alter von ca. 6 Monaten und 2 Jahren, findet mit ähnlicher Konzeption zeitgleich zum Elterntreff 2 in Hörde im Mehrgenerationenhaus statt. Auch hier trafen sich regelmäßig 6-8 Mütter, Väter, Großeltern oder Tagesmütter mit Kleinkindern zum regen Austausch.

Bei individuellen Fragen rund um die Entwicklung der Kinder gab es die Möglichkeit am **Workshop „So werd' ich groß“** teilzunehmen. Frau Hüls unterstützte im Einzelgespräch zu den Themen motorische Entwicklung, Fördermöglichkeiten und vielem mehr.

Ebenfalls sehr beliebt war die neu ins Programm aufgenommene **Rückbildungsgymnastik** nach der Geburt. Sie erfreute sich so großer Beliebtheit, dass ein zweiter Kurs aufgemacht werden konnte.

Auch die **Babymassage** wurde von Frau Hüls übernommen und fand im Kontext von Corona in Einzelsitzungen statt.

Auch die **Ausflüge und Veranstaltungen** im Jahr 2022 waren wieder beliebte Angebote von ‚Fit fürs Baby‘.

So konnte endlich wieder unser **Flohmarkt rund ums Kind** stattfinden und das gleich 2 Mal im Jahr 2022. An jeweils einem Samstag im April und November hatten Familien die Möglichkeit, Kleidung, Spielzeug und andere Dinge in gemütlicher Atmosphäre zu verkaufen oder zu kaufen. Für kleine Verschnaufpausen standen für Eltern, Kinder und Verkäufer(innen) Erfrischungen in Form von heißem Kaffee, kalten Getränken, schmackhaften Kuchen, Muffins und frisch gebackenen Waffeln bereit.

Auch unsere **Ausflüge** in den Westfalenpark, Rombergpark oder den Zoo waren sehr beliebt und sorgten dafür, dass die Teilnehmer*innen von Elterntreff 1 & 2 sowie des Windelcafes sich kennenlernen konnten und neue Freundschaften entstanden.

Im Dezember 2022 ließen die ‚Fit fürs Baby‘- Teilnehmer:innen das Jahr mit einem besinnlichen **Adventsfrühstück** ausklingen. Bei festlicher Dekoration und feierlichem Kerzenschein, Plätzchenduft, frischen Brötchen und Kaffee wurden Weihnachtslieder gesungen, kleine Geschenke an jedes Kind verteilt, geschwätzt und gelacht.



Statistik 2022

vorgeburtliches Kursangebot	Teilnehmer*innen
Geburtsvorbereitungskurse	124
Hebammensprechstunde	111
<hr/>	
Insgesamt	235
nachgeburtliches Kursangebot	Teilnehmer*innen
Elterntreff 1	148
Elterntreff 2	232
Windelcafe	297
Ausflüge / Veranstaltungen	349
Babymassage	52
Rückbildungsgymnastik	43
Babysprechstunde	20
<hr/>	
Insgesamt	1141
Total	1376



Ausblick

2023 ist es weiter unser Anliegen zu *entlasten, zu stärken und zu motivieren*.

„Fit fürs Baby“ ist ein äußerst wichtiger Baustein der Schwangerschaftsberatungsstelle im Bereich der Frühen Hilfen. Nur mit „Fit fürs Baby“ gelingt es, unsere Klientinnen auch nach der Geburt zu erreichen. Wie im Kapitel Fitfürsbaby 2022 bereits beschrieben, sind wir dankbar für die Gelder aus der Förderung „Aufholen nach Corona“, diese laufen zum Ende 2022 aus und ab Januar 2023 stehen uns nun wieder „nur“ die regelfinanzierten 19,5 Wochenstunden verteilt auf 2 Mitarbeiterinnen zur Verfügung. Dies schränkt unsere Möglichkeiten deutlich ein. Wir werden uns auf die Basisangebote wie unsere Elterntreffs und die Geburtsvorbereitungskurse konzentrieren. Es wird erstmals einen sogenannten „Geburtsvorbereitung-Compact-Crash-Kurs“ geben, der an nur einem Tag über 4 Stunden laufen soll. Auch andere beliebte und häufig in Anspruch genommene Angebote wie z.B. unser Flohmarkt, die Hebammensprechstunde, Ausflüge und eine Adventsfeier werden erhalten bleiben. Neu im Programm ist unser Kursangebot „Kochen für Babys“. Dank unserer neuen Räumlichkeiten mit integrierter Küche, sind wir nun in der Lage, den Beikoststart ganz praktisch zu erklären- Hilfe zur Selbsthilfe. Das Windelcafe in unserer Geschäftsstelle in Hörde wird noch bis Ende 2023 vom „Fit fürs Baby“- Team unterstützt.

Wir werden auch in 2023 unermüdlich „unseren“ Frauen und Familien mit Fachkompetenz und Empathie den Rücken stärken.



Danksagung

Danke... dem Familienprojekt der Stadt Dortmund. Hierhin geht selbstverständlich unser größter Dank. Nur durch deren finanzielle Unterstützung ist es uns möglich, unsere vielfältigen Angebote immer wieder für Interessierte anzubieten.

Danke... an unsere Ehrenamtlichen, die es durch ihr Engagement, ihre Spontanität und ihr Einfühlungsvermögen immer wieder schaffen, die Frauen zu stärken, zu informieren und „fit fürs Baby“ zu machen.

Danke... dem Team der KefB, die uns mit Räumlichkeiten so wertschätzend unterstützt haben.

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.

Danke... an alle privaten Spender*innen.

Danke... all unseren Teilnehmer*innen, die an Mundpropaganda und Lob nicht gespart haben. Durch ihre offen kommunizierte Zufriedenheit und Weitererzählen bleibt „Fit fürs Baby“ ein feststehender Begriff im Dortmunder Stadtgebiet.



Trägerinformationen

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

Astrid von Arend

Krankenschwester, Hebamme & stud. BA Gesundheit und Sozialraum



schwangerschaftsberatung.vonarend@skf-hoerde.de