

REGELMÄßIGE VERANSTALTUNGEN

HEBAMMENSPRECHSTUNDE

Christine Göke, staatl. anerkannte Hebamme, Familienhebamme

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

**Jeden Montag von 12:30 bis 14:00 Uhr
im Raum 301 in der 3. Etage**

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:

Christine Göke, staatl. anerkannte Hebamme, Familienhebamme

0-1 Jahre:

Montags von 10:00 bis 12:00 Uhr

im Raum 312/ 314 in der 3. Etage

Eltern-Treff 2:

Martina Braun-Wattenberg, Kinderkrankenschwester

1-2,5 Jahre:

Mittwochs von 10:00 bis 11:30 Uhr

im Eltern-Kind-Raum, KBS, in der 1. Etage

KONTAKT

Sozialdienst katholischer Frauen (SKF)

Dortmund-Hörde Schwangerschaftsberatungsstelle

Fit für's Baby

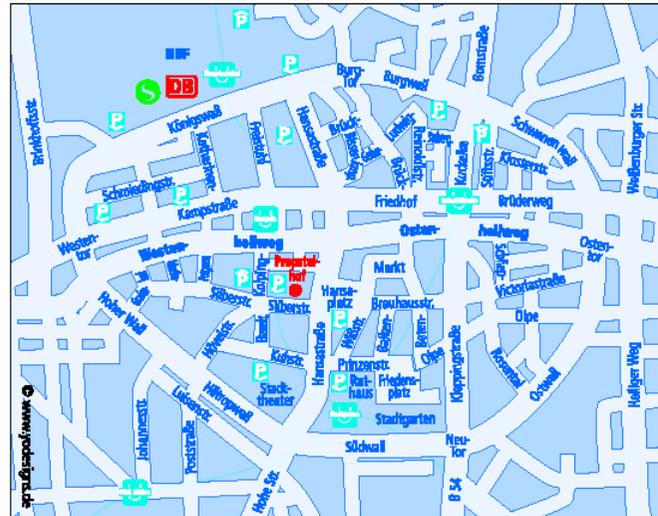
Propsteihof 10, 44137 Dortmund-Innenstadt

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.

Kinderbetreuung ist bei den Veranstaltungen im Haus durch die KBS für 2 € pro Vormittag möglich (Zeit bitte erfragen). Anmeldung spätestens einen Tag vor dem Kurs unter **Tel: 1848-392 (KBS)**.

Bitte melden Sie sich an (für Kursteilnahme und Kinderbetreuung) sowie weitere Informationen unter Tel: (0231) 18 48-220.

Die Teilnahme an den Kursen ist kostenlos!

Katholische Schwangerschaftsberatungsstelle

(im Katholischen Centrum)



Fit für's Baby

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

Januar bis März 2014



Sozialdienst
katholischer
Frauen e.V.

Dortmund-Hörde

GEBURTSPREPARATIONSKURS FÜR FRAUEN

Christine Göke, staatl. anerkannte Hebamme, Familienhebamme

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)
- Besuch eines Kreißsaals der Städtischen Kliniken

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

6 Termine jeweils donnerstags, von 10:00 bis 12:00 Uhr

1. Kurs: 30. Januar bis 13. März

2. Kurs: 10. April bis 12. Juni

Im Raum 312 in der 3. Etage

GEBURTSPREPARATIONSTAG FÜR PAARE

Christine Göke, staatl. anerkannte Hebamme, Familienhebamme

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

Samstag, 08. Februar von 11:00 bis 15:30 Uhr

Im Raum 312 in der 3. Etage

BABYMASSAGE

Christine Göke, staatl. anerkannte Hebamme, Familienhebamme

Für Babys im Alter von 0 bis 5 Monaten.

Donnerstag, 20. März, von 10:30 bis 12:00 Uhr **und**

Donnerstag, 03. April, 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 Elterntreff 1

Im Raum 312/314 in der 3. Etage

ERZIEHUNGSSPRECHSTUNDE

Katja Dörsch, Erzieherin

"Muss ich wirklich alles 10-mal sagen??"

Manchmal kann es schwer sein, den Alltag mit Kindern zu leben und zu gestalten. Für Gespräche und Anregungen zu diesem Thema findet die Erziehungssprechstunde statt.

Mittwoch, 05. Februar, von 10:00 Uhr bis 11:00 Uhr

Mittwoch, 05. März, von 10:00 Uhr bis 11:00 Uhr

Im Eltern-Kind-Raum, KBS, in der 1. Etage

Die Kurse finden im Katholischen Centrum statt,
Propsteihof 10 in der Dortmunder Innenstadt.
Bitte melden Sie sich für die Teilnahme an.

GUTE BINDUNG TROTZ SCHWEREN STARTS

Cornelia Fröhlich und Christine Göke

Diese Gruppe richtet sich an Frauen, die eine traumatische Geburt bzw. einen traumatischen Start mit ihrem Neugeborenen erlebt haben und diese Erlebnisse besprechen und verarbeiten möchten. Z.B. schwere Geburt, Kaiserschnittentbindung, frühe Trennung vom Kind.

5 Termine, 14-tägig,

Beginn: Mittwoch, 12. Februar, 14:00 bis 15:30 Uhr

Kosten: 5€ pro Termin (nach Absprache)

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

Im Raum 312 in der 3. Etage

FLOHMARKT

Herzliche Einladung zum Trödeln

Samstag, 05. April

Baby- und Kinderbekleidung sowie Spielzeug und weiteren Bedarf zu günstigen Preisen. Kaffee und Kuchen.

Überraschungs-Aktionen für Kinder!

Möchten Sie einen Stand anbieten?

Möchten Sie uns eine Kuchenspende zukommen lassen?

Melden Sie sich bitte unter 1848-220.

In der 1. Etage, 10:00 bis 14:00 Uhr

FOTOAKTION „FAMILIE(N)LEBEN“

Wir suchen Familien, die aufgeschlossen sind, sich fotografieren zu lassen. Die entstandenen Fotos sollen in einer Ausstellung veröffentlicht werden.

Alle gesellschaftlich möglichen Familienkonstellationen sind gewünscht. Informationen bei Frau Ross.

Das Fit für's Baby – Team freut sich auf ein neues spannendes und gutes Jahr mit Ihnen und Ihrer Familie!