



Heinsberger Babypraxis

Kursprogramm 2016



Willkommen auf Erden

Herzlich willkommen auf Erden

Liebe (werdende) Eltern,

wir begrüßen Sie herzlich in der Heinsberger Babypraxis.

Hier finden Sie ein breit gefächertes Angebot, das Ihnen alle notwendigen Infos und Hilfethemen rund um Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett nahe bringt.

In Kursen oder Einzelgesprächen werden Schwangere und junge Eltern professionell und einfühlsam von unserem Praxis-Team mit vielfältigen Fähigkeiten beim Elternwerden und Elternsein begleitet.

Die Heinsberger Babypraxis bietet auf 200 qm ein breites Raumangebot für Kurse, Behandlungen, Vorträge, Übungsgymnastik, Massage und Gesprächskreise.

Die Praxis ist auch mit dem Kinderwagen optimal über einen Lift erreichbar.

Mit diesem Angebot an Kursen und Beratungen wird werdenden Eltern und ihren Kindern ein Rundum-sorglos-Paket für die Bedürfnisse während und nach der Schwangerschaft geboten.

Herzlich willkommen,

Dr. Uwe Käschel, Chefarzt
Christina Beitlich, Praxisleiterin



Hebammensprechstunde

Für Eltern und werdende Eltern

In einer angenehmen Atmosphäre können Fragen, Probleme und Bedürfnisse rund um die Geburt besprochen werden. Nach der Geburt betreuen Sie gerne die Beleghebammen unseres Krankenhauses. Hierzu müssen Sie sich vor der Geburt nicht gesondert anmelden. Wir sprechen dies direkt nach der Geburt im Kreißaal mit Ihnen ab (siehe Wochenbettbetreuung).

Unsere geburtshilfliche Abteilung arbeitet des Weiteren mit der Hebammenpraxis „Vita-Nova“ in Geilenkirchen zusammen.

Anmeldung zur Geburt:

Die Sprechzeiten können auch für Geburtsanmeldungen im Städtischen Krankenhaus Heinsberg genutzt werden.

Außerdem haben Sie jederzeit die Möglichkeit, sich auf unserer Geburtsstation zur Geburt anzumelden **(02452 188-493)**.

Leitung:

Christina Beitlich, Hebamme

Termine:

Wir vereinbaren gerne Termine mit Ihnen auf Anfrage

Ort:

Heinsberger Babypraxis
Stiftsstraße 11-13
52525 Heinsberg

Information und Anmeldung:

Verwaltung: 02452 188-141



Wochenbettbetreuung durch die Hebamme

Wir sind auch nach der Geburt für Sie da

Jede Familie hat Anspruch auf eine Hebammenbetreuung zwischen dem Zeitpunkt der Entbindung bis zur 8. Lebenswoche des Neugeborenen. Sowohl die gesetzlichen als auch die privaten Krankenkassen übernehmen dafür die Kosten. Die Beleghebammen am Krankenhaus Heinsberg bieten jeder Familie, die hier entbunden hat, die anschließende Weiterbetreuung im häuslichen Wochenbett an. Egal, ob die Nachsorge schon vor der Geburt angefragt wurde oder nicht. Viele Mütter schätzen es, dass die Hebamme, die ihr Kind entbunden hat, sie auch bei der Nachsorge begleiten kann.

Die Wochenbettbetreuung beinhaltet:

- Begleitung/Kontrolle des physiologischen Wochenbettverlaufs: (körperliche Rückbildungsvorgänge, Wundheilung, Vitalzeichenkontrolle (Blutdruck, Temperatur), Veränderung der Laktation/des Stillens

- Gewichtsverlaufs- und Vitalzeichenkontrolle beim Kind, Nabelpflege, Überwachung Neugeborenenengelbsucht, Trink- und Schlafverhalten, Körperpflege
- Individuelle Beratung und Begleitung bei allen Fragen rund um das Leben mit dem Kind, z. B. Schlaf-/Wachrhythmus, Ernährung, Lagerung, Entwicklungsförderung, Sexualität u.v.m.
- Hilfe bei Schwierigkeiten:
 - „Milcheinschuss“, wunde Brustwarzen, Brustentzündung, Milchstau, zu viel/zu wenig Milch, Pumpen, Beifüttern
 - Wundheilungsstörungen (Dammnaht, Kaiserschnittnaht)
 - „Schreibabys“

Information:

Kreißaal: 02452 188-494

Oder vereinbaren Sie einen Termin für unsere Hebammensprechstunde unter 02452 188-141.

Besichtigung Kreißsaal und Geburtsstation

Für werdende Eltern

An folgenden Terminen findet jeweils um **19:00 Uhr** ein Informationsabend mit Besichtigung des Kreißsaales durch Chefarzt Dr. Uwe Käschel oder durch Oberarzt Mathias Dietzsch statt. Daneben hält Dr. Hans-Georg Troschke, Chefarzt der Abteilung Anästhesie, einen Informationsvortrag. Die Geburtsstation wird unter der Leitung einer Kinderkrankenschwester besichtigt.

Termine:

20.01.2016
 17.02.2016
 16.03.2016
 13.04.2016
 11.05.2016
 08.06.2016
 06.07.2016
 31.08.2016
 28.09.2016
 26.10.2016
 23.11.2016
 21.12.2016

Leitung:

Christina Beitlich, Hebamme
 Birgit Kreuzer, Kinderkrankenschwester
 Gudrun Aretz, Kinderkrankenschwester

Ort:

Städtisches Krankenhaus
 Heinsberg, Cafeteria

Anmeldung:

nicht erforderlich



Geburtsvorbereitung - Elternwerden

Vorbereitung auf das Leben mit dem ersten Kind

Der Kurs beinhaltet Fachinformationen und Gespräche über Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett, Stillen, Atem- und Entspannungsübungen, Gymnastik, Partnerstunden und Säuglingspflege. Es erfolgt eine Besichtigung des Kreißsaales. Kursteilnahme möglich ab ca. 20. Schwangerschaftswoche. Der Kurs wird in Kooperation mit der Anton-Heinen-Volkshochschule und dem Gesundheitsamt des Kreises Heinsberg abgehalten.

Vorträge von:

Chefarzt Dr. Uwe Käschel

Facharzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Dr. Khaled Jürgen Abou Lebdi

Arzt für Kinderheilkunde und Kinderkardiologie

Chefarzt Dr. Hans-Georg Troschke

Facharzt für Anästhesie

Christina Beitlich, Hebamme

Mirjam Abou Lebdi, Kinderkrankenschwester

Hanni Winkens, Kinderkrankenschwester

Kursleitung:

Christina Beitlich, Hebamme

Termine:

Sie erhalten nach Ihrer Anmeldung eine entsprechende Terminübersicht

Gebühr:

Abrechnung mit der Krankenkasse

Ort:

Heinsberger Babypraxis
 Stiftsstraße 11-13
 52525 Heinsberg

Information:

Christina Beitlich: 02432 907373

Anmeldung:

Verwaltung: 02452 188-141



Crashkurs am Wochenende

Für Paare mit wenig Zeit

Der Crashkurs ist für Paare mit wenig Zeit zur Vorbereitung auf das Leben mit dem ersten Kind geeignet. Hier werden Ihnen und Ihrem Partner an einem Wochenende die wichtigsten Fachinformationen über Geburt, Wochenbett, Stillen und Säuglingspflege inklusive Kreißsaalführung kompakt vermittelt.

Der Kurs ist für mindestens 5 bis maximal 8 Paare ausgelegt.

Kursleitung:

Brigitte Hülnden, Hebamme



Termine: 19.02./20.02.2016
22.04./23.04.2016
03.06./04.06.2016
27.08./28.08.2016
28.10./29.10.2016
09.12./10.12.2016

freitags 19:00 Uhr - 21:00 Uhr
samstags 09:00 Uhr - 16:00 Uhr

Gebühr: Schwangere: Abrechnung mit der Krankenkasse
Partner: 65,00 € (Vorkasse)
inkl. Imbiss und Getränke

Ort: Heinsberger Babypraxis
Stiftsstraße 11-13
52525 Heinsberg

Information und Anmeldung:

Verwaltung: 02452 188-141

Aqua Fitness

Für Schwangere

Die Bewegungs- und Entspannungsübungen im angenehm temperierten Wasser haben eine positive Auswirkung auf das Wohlbefinden in der Schwangerschaft.

Natürliche Bewegungsreize kräftigen den aktiven Bewegungsapparat und unterstützen die Entwicklung des Fötus im Mutterleib.

Daneben ist Bewegung im feuchten Nass weit weniger anstrengend als viele Sportarten an Land und es macht Spaß, sich unter professioneller Leitung in der Gruppe zu bewegen.

Durch den Wasserwiderstand werden die körperliche Leistungsfähigkeit erhöht, die Darmtätigkeit angeregt, Thrombosen und Krampfadern vorgebeugt, Ödeme (Wasser-einlagerungen) gebessert, psychischer und hormoneller Stress reguliert und der gesamte Haltungs- und Bewegungsapparat ausgeglichen und entspannt.

Der Kurs ist für maximal 5 Teilnehmerinnen ausgelegt.

Kursleitung:

Antonia Blomesath-Pelzer,
Aqua Gesundheitscoach-Prävention,
Schwerpunkt Entwicklungsförderung
von Säuglingen/Kleinkindern
Sara Lopes,
Aqua-Baby-Fitness-Instructor &
Aqua-Baby-Instructor

Termine: montags ab 20:00 Uhr

Gebühr: 1 x 45 Minuten: 8,00 €

Ort: Städtisches Krankenhaus
Heinsberg, Bewegungsbad

Information und Anmeldung:

Antonia Blomesath-Pelzer: 02453 4940097
E-Mail: ab-in-bewegung@gmx.de
www.ab-in-bewegung.de



Preglates

Pilates für Schwangere

Nehmen Sie mit diesem Kurs Ihren Körper einmal ganz anders wahr: In der Schwangerschaft verändert sich der Körper einer Frau wesentlich. Diverse „Zipperlein“ stellen sich ein und fordern den Körper heraus.

Die Übungen des sogenannten PREGLATES eignen sich besonders für Schwangere, da diese auf die Bedürfnisse werdender Mütter abgestimmt sind. Sie sind nicht zeitintensiv und im Alltag gut anwendbar.

Der Kurs kann ab dem 4. Monat der Schwangerschaft bis zur Geburt besucht werden. Damit gestalten Sie die „Wartezeit“ bis zur Geburt sehr angenehm und energiereich.

Der Kurs ist für mindestens 5 bis maximal 10 Teilnehmerinnen ausgelegt.

Leitung:

Anna Busch, Pilates-Trainerin (A-Lizenz)

Termine:

13.01.2016
06.04.2016
24.08.2016
26.10.2016

19:30 Uhr - 20:30 Uhr

Gebühr:

10 x 1 Stunde:
60,00 € (Vorkasse)

Ort:

Heinsberger Babypraxis
Stiftsstraße 11-13
52525 Heinsberg

Information und Anmeldung:

Verwaltung: 02452 188-141



Mütter- & Baby-Café

Für Schwangere und Mütter mit Babys bis ca. 8 Monate

Schwangere und Mütter können in ungezwungener Atmosphäre ihre Erfahrungen austauschen.

Kinderkrankenschwestern und Stillberaterinnen stehen mit praktischen Tipps und Informationen beratend zur Seite.

Leitung:

Marita Erkens-Kappertz,
Kinderkrankenschwester & Laktationsberaterin

Termine:

20.01.2016
17.02.2016
16.03.2016
13.04.2016
11.05.2016
15.06.2016
19.10.2016
16.11.2016
14.12.2016

14:00 Uhr - 15:30 Uhr

Ort:

Heinsberger Babypraxis
Stiftsstraße 11-13
52525 Heinsberg

Information und Anmeldung:

Geburtsstation: 02452 188-493

Wichtig zu wissen: Stillambulanz

Bei Stillproblemen stehen wir Ihnen immer beratend zur Seite. Bitte melden Sie sich vorher telefonisch unter 02452 188-493 an. Um Notfälle kümmern wir uns selbstverständlich ohne Voranmeldung.



Trageberatung

Für Eltern mit neugeborenem Baby

Getragen werden ist ein Grundbedürfnis eines jeden Kindes.

Das Tragen/getragen werden bietet Vorteile in vielerlei Hinsicht, besonders unter Verwendung von bewährten Tragehilfen. Es stärkt die Eltern-Kind-Bindung, fördert die motorische und sensorische Entwicklung des Kindes sowie die Reifung von Hüfte und Wirbelsäule. Außerdem bietet es dem Träger viel Freiheit in seinem Alltag und ist zudem rücken-schonend. In diesem Kurs möchten wir mit Ihnen gemeinsam herausfinden, wie Sie Ihr Baby optimal tragen können. Dazu stellen wir die verschiedensten Tragehilfen zur Verfügung und zeigen die unterschiedlichen Tragevarianten mit ihren Vor- und Nachteilen. Gerne können schon vorhandene Tragehilfen mitgebracht werden. Alternativ bieten wir auch eine persönliche Einzelberatung bei Ihnen zu Hause an.

Kursleitung:

Alexandra Dohse, Hebamme
Maria Wiertz, Hebamme

Gebühr: 30,00 € (pro Paar)

Termine: Wir vereinbaren gerne Termine mit Ihnen auf Anfrage

Ort: Heinsberger Babypraxis
Stiftsstraße 11-13
52525 Heinsberg

Information und Anmeldung:

Alexandra Dohse: 0163 3694389
Maria Wiertz: 0178 8488123



Rückbildungsgymnastik

Für Mütter ab 6 Wochen nach der Geburt

Dieser Kurs dient der Rückbildung durch Gymnastik nach der Geburt. Training des Beckenbodens und Straffung der Beckenbodenmuskulatur.

Kursleitung:

Christina Beitlich, Hebamme (montags)
Maria Wiertz, Hebamme (montags)
Brigitte Hülden, Hebamme (dienstags)

Termine:
montags (fortlaufend)
18:00 Uhr - 18:45 Uhr

Dienstag:
Kurs 1/16: 02.02. - 08.03.2016
Kurs 2/16: 05.04. - 10.05.2016
Kurs 3/16: 24.05. - 28.06.2016
Kurs 4/16: 30.08. - 04.10.2016
Kurs 5/16: 25.10. - 29.11.2016

09:30 Uhr - 10:30 Uhr (6 x 1 Stunde)

Gebühr: Abrechnung mit der Krankenkasse

Ort: Heinsberger Babypraxis
Stiftsstraße 11-13
52525 Heinsberg

Information und Anmeldung:

Christina Beitlich: 02432 907373
(Montagskurse)

Brigitte Hülden:
(Dienstagskurse)
brigitte.huelden@googlemail.com

Bitte bei Anmeldung angeben:

Name, Telefonnummer und Kursnummer

Anmeldebestätigung erfolgt!



Ernährungsberatung

Für Eltern von Babys ab dem
4. Lebensmonat

„Ab jetzt wird gelöffelt“

Ratgeberkurs zum sanften Einstieg in die
Beikost.

Kursleitung:

Mirjam Abou Lebdi,
Kinderkrankenschwester



Termine: 28.01.2016
28.04.2016
25.08.2016
24.11.2016

ab 18:30 Uhr

Gebühr: 10,00 € (Vorkasse)
inkl. Breiverkostung

Ort: Heinsberger Babypraxis
Stiftsstraße 11-13
52525 Heinsberg

Information und Anmeldung:
Verwaltung: 02452 188-141

Notfallkurs

Für Eltern und Großeltern, die im Notfall
vorbereitet sein möchten

Notfall - was tun?

- Notfälle im Säuglings- und Kindesalter
- Theorie und Reanimationsübungen

Für Eltern von Babys ab dem 8. Lebensmonat.
Der Kurs ist für maximal 20 Teilnehmer
ausgelegt.

Kursleitung:

Mirjam Abou Lebdi,
Kinderkrankenschwester
Dr. Khaled Jürgen Abou Lebdi,
Arzt für Kinderheilkunde und
Kinderkardiologie

Termin: 24.05.2016

ab 19:30 Uhr

Gebühr: 25,00 € (Vorkasse)

Ort: Heinsberger Babypraxis
Stiftsstraße 11-13
52525 Heinsberg

Information und Anmeldung:
Verwaltung: 02452 188-141



Geschwisterchenkurs

Für Geschwisterkinder ab 3 Jahren

Die Erstgeborenen werden in diesem Kurs spielerisch auf ihre neue Rolle als große Schwester bzw. großer Bruder vorbereitet.

In Kooperation mit Zapf creation® lernen die Kinder im realistischen Rollenspiel mit BABY born® den richtigen Umgang mit einem Neugeborenen.

Der Kurs ist für maximal 10 Teilnehmer ausgelegt.

Kursleitung:

Nicole Moberg,
Kinderkrankenschwester
Monika Weinsheimer,
Kinderkrankenschwester

Termine: 16.03.2016
15.06.2016
14.09.2016
14.12.2016

15:00 Uhr - 17:00 Uhr

Gebühr: 10,00 € (Vorkasse)

Ort: Heinsberger Babypraxis
Stiftsstraße 11-13
52525 Heinsberg

Information und Anmeldung:

Verwaltung: 02452 188-141



Babymassage

Für Eltern und Großeltern

Die Babymassage ist eine wunderbare Gelegenheit für einen intensiven Körperkontakt und den Austausch von Zärtlichkeiten zwischen Eltern und Kind.

Erleben Sie schöne und liebevolle Momente mit Ihrem Baby im Alter von etwa vier Wochen bis ca. vier Monate.

Der Kurs wird von speziell ausgebildeten Krankenschwestern in der Babymassage betreut.

Kursleitung:

Christina Stein,
Kinderkrankenschwester
Elke Reinartz,
Kinderkrankenschwester

Termine:
Anfängerkurs: montags oder mittwochs
11:00 Uhr - 12:00 Uhr

Folgekurs: mittwochs
09:00 Uhr - 10:00 Uhr

Gebühr:
Anfängerkurs: 5 x 1 Stunde: 48,00 €
Folgekurs: 3 x 1 Stunde: 28,50 €

Ort: Heinsberger Babypraxis
Stiftsstraße 11-13
52525 Heinsberg

Information und Anmeldung:

Geburtsstation: 02452 188-493



Babyblues & Babyboogie

Für Eltern und Großeltern

Dieser Kurs bietet sich im Anschluss an unsere Babymassage für die weitere Entwicklung Ihres Kindes optimal an. Die Kombination von Sinneserfahrungen und musikalischer Förderung bietet einen übergreifenden Ansatz als Grundstein für späteres Lernen.

Viel Bewegung, Rhythmik, Singen, gemeinsame Kreis- und Tanzspiele, aber auch die Entdeckung von Alltagsgegenständen als „Entwicklungsförderer“ sind Elemente dieses Kurses. Der Kurs wird in Kooperation mit dem Katholischen Forum für Erwachsenen- und Familienbildung Mönchengladbach und Heinsberg abgehalten.

Der Kurs ist für 5 bis maximal 10 Teilnehmer ausgelegt.

Kursleitung: Tanja Vogel



Termine für Babys im Alter von:

3 - 6 Monaten:

16.02.2016	15:00 Uhr - 16:30 Uhr
12.05.2016	09:00 Uhr - 10:30 Uhr
27.09.2016	15:00 Uhr - 16:30 Uhr

6 - 10 Monaten:

11.02.2016	09:00 Uhr - 10:30 Uhr (Folgekurs)
11.02.2016	10:30 Uhr - 12:00 Uhr
12.05.2016	10:30 Uhr - 12:00 Uhr
24.05.2016	15:00 Uhr - 16:30 Uhr (Folgekurs)
15.09.2016	09:00 Uhr - 10:30 Uhr (Folgekurs)
15.09.2016	10:30 Uhr - 12:00 Uhr

Gebühr je Kurs:

10 x 1,5 Std.: 48,00 € (Vorkasse)
inkl. Elternabend

Ort: Heinsberger Babypraxis
Stiftsstraße 11-13
52525 Heinsberg

Information und Anmeldung:

Verwaltung: 02452 188-141

Das Geheimnis erster Wörter

Für Eltern und Großeltern

Was Sie tun können, um Ihr Kind von Geburt an sprachlich zu fördern. Sprachförderung beginnt beim Baby!

Jedes Kind hat beim Sprechen lernen sein eigenes Tempo. Um Sprache erwerben zu können, benötigt das Kind Anregungen aus der Umwelt. Sie können Ihr Kind dabei vielfältig unterstützen. In dieser Informationsveranstaltung können Sie lernen, Sprache gezielt und dem Alter entsprechend einzusetzen. Hier werden Ihnen praktische Tipps gegeben und Materialien vorgestellt, welche die Sprachentwicklung Ihres Kindes fördern.

Unser Angebot richtet sich an Eltern von Kindern bis zu 3 Jahren.



Die Informationsveranstaltung wird in Kooperation mit dem Sprachtherapeutischen Dienst des Kreises Heinsberg abgehalten.

Der Kurs ist für maximal 20 Teilnehmer ausgelegt.

Kursleitung:

Susanne Müllenberg,
Dipl.-Sprachheilpädagogin
Sprachtherapeutischer Dienst,
Kreis Heinsberg

Termin: 22.11.2016
19:30 Uhr - 21:00 Uhr

Gebühr: keine

Ort: Heinsberger Babypraxis
Stiftsstraße 11-13
52525 Heinsberg

Anmeldung:
Verwaltung: 02452 188-141

Babyschwimmen

Für Eltern mit Babys ab dem 3. Lebensmonat

Babys werden an das Element Wasser gewöhnt und können eine Vertrautheit herstellen, damit sie das Wasser als Spiel- und Übungsraum kennen und lieben lernen! Die körperliche Entwicklung wird durch die Wassererfahrung positiv beeinflusst, das Wasser wirkt auf alle Organsysteme, besonders auf die Atmung.

Durch das gemeinsame Erleben und den intensiven Körperkontakt wird die innige Beziehung zwischen Baby und Eltern gefördert.

Nachdem alle Anmeldungen eingegangen sind, werden die Kurse geplant und es wird Ihnen Bescheid gegeben.

Kinder, die im Krankenhaus Heinsberg geboren wurden, erhalten eine Ermäßigung für die Kurse.



Kursleitung:

Antonia Blomesath-Pelzer,
Aqua Gesundheitscoach-Prävention,
Schwerpunkt Entwicklungsförderung
von Säuglingen/Kleinkindern
Sara Lopes,
Aqua-Baby-Fitness-Instructor &
Aqua-Baby-Instructor
Denise Bormann,
Aqua-Baby-Instructor

Termine: donnerstags ab 14:00 Uhr
freitags ab 13:00 Uhr
samstags ab 09:00 Uhr

Gebühr: 8 x 30 Minuten: 50,00 €

Ort: Städtisches Krankenhaus
Heinsberg, Bewegungsbad

Information und Anmeldung:

Antonia Blomesath-Pelzer: 02453 4940097
E-Mail: ab-in-bewegung@gmx.de
www.ab-in-bewegung.de

Kinder-Wasserspaß

Für Eltern mit Babys bis ca. 36 Monate

Durch die Eigenschaften des Wassers wird die Wahrnehmungsfähigkeit, die noch bei vielen Kindern im Kindergarten- und Schulalter unzureichend ausgebildet ist, wesentlich verbessert. Wahrnehmungen gelten als die wichtigsten Voraussetzungen für ein gesundes Bewegungsverhalten.

Durch das nasse Medium wird ein neuer Handlungsspielraum eröffnet, der schon dem Kleinkind viel Kreativität ermöglicht. Das Wasser ist ein anderer, nämlich „ein ganz besonderer Spielplatz“.

Nachdem alle Anmeldungen eingegangen sind, werden die Kurse geplant und es wird Ihnen Bescheid gegeben.

Kinder, die im Krankenhaus Heinsberg geboren wurden, erhalten eine Ermäßigung für die Kurse.



Kursleitung:

Antonia Blomesath-Pelzer,
Aqua Gesundheitscoach-Prävention,
Schwerpunkt Entwicklungsförderung
von Säuglingen/Kleinkindern
Sara Lopes,
Aqua-Baby-Fitness-Instructor &
Aqua-Baby-Instructor
Denise Bormann,
Aqua-Baby-Instructor

Termine: donnerstags ab 14:00 Uhr
freitags ab 13:00 Uhr
samstags ab 09:00 Uhr

Gebühr: 8 x 45 Minuten: 65,00 €

Ort: Städtisches Krankenhaus
Heinsberg, Bewegungsbad

Information und Anmeldung:

Antonia Blomesath-Pelzer: 02453 4940097
E-Mail: ab-in-bewegung@gmx.de
www.ab-in-bewegung.de

Kurs-Übersicht

Januar

ab 13.01.2016	Preglates
20.01.2016	Mütter- und Baby-Café
20.01.2016	Kreißsaalbesichtigung
28.01.2016	Ernährungsberatung

Februar

ab 02.02.2016	Rückbildungsgymnastik
ab 11.02.2016	Babyblues & Babyboogie
ab 16.02.2016	Babyblues & Babyboogie
17.02.2016	Mütter- und Baby-Café
17.02.2016	Kreißsaalbesichtigung
19./20.02.2016	Crashkurs Wochenende

März

16.03.2016	Mütter- und Baby-Café
16.03.2016	Geschwisterchenkurs
16.03.2016	Kreißsaalbesichtigung

April

ab 05.04.2016	Rückbildungsgymnastik
ab 06.04.2016	Preglates
13.04.2016	Mütter- und Baby-Café
13.04.2016	Kreißsaalbesichtigung
22./23.04.2016	Crashkurs Wochenende
28.04.2016	Ernährungsberatung

Mai

11.05.2016	Mütter- und Baby-Café
11.05.2016	Kreißsaalbesichtigung
ab 12.05.2016	Babyblues & Babyboogie
24.05.2016	Notfallkurs
ab 24.05.2016	Babyblues & Babyboogie
ab 24.05.2016	Rückbildungsgymnastik

Juni

03./04.06.2016	Crashkurs Wochenende
08.06.2016	Kreißsaalbesichtigung
15.06.2016	Geschwisterchenkurs
15.06.2016	Mütter- und Baby-Café

Juli

06.07.2016	Kreißsaalbesichtigung
------------	-----------------------

August

ab 24.08.2016	Preglates
25.08.2016	Ernährungsberatung
27./28.08.2016	Crashkurs Wochenende
ab 30.08.2016	Rückbildungsgymnastik
31.08.2016	Kreißsaalbesichtigung

September

14.09.2016	Geschwisterchenkurs
ab 15.09.2016	Babyblues & Babyboogie
ab 27.09.2016	Babyblues & Babyboogie
28.09.2016	Kreißsaalbesichtigung

Oktober

19.10.2016	Mütter- und Baby-Café
ab 25.10.2016	Rückbildungsgymnastik
ab 26.10.2016	Preglates
26.10.2016	Kreißsaalbesichtigung
28./29.10.2016	Crashkurs Wochenende

November

16.11.2016	Mütter- und Baby-Café
22.11.2016	Geheimnis erster Wörter
23.11.2016	Kreißsaalbesichtigung
24.11.2016	Ernährungsberatung

Dezember

09./10.12.2016	Crashkurs Wochenende
14.12.2016	Geschwisterchenkurs
14.12.2016	Mütter- und Baby-Café
21.12.2016	Kreißsaalbesichtigung

Termine auf Anfrage:

Hebammensprechstunde
Geburtsvorbereitung
Aqua Fitness
Trageberatung
Babymassage
Babyschwimmen
Kinder-Wasserspaß

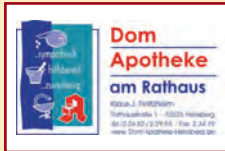
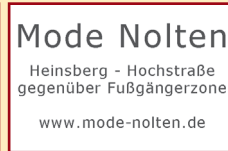
Babyfreundliche Geschäfte

Ein Stillplatz für Mütter

Wir sind „Babyfreundliche Geschäfte“! Müttern mit ihrem Baby bieten wir einen Stillplatz in angenehmer Atmosphäre nach den von der Geburtsklinik des Städtischen Krankenhauses festgelegten Qualitätskriterien.

Information:

Verwaltung: 02452 188-141



Geschenkkidee

Anderen eine Freude machen

Folgende Kurse bzw. Informationsveranstaltungen werden als Geschenkidee in Form eines Gutscheines angeboten:

Die Gutscheine erhalten Sie in der Verwaltung des Städtischen Krankenhauses Heinsberg gegen Barzahlung.

- Aqua Fitness
- Notfallkurs
- Ernährungsberatung
- Geschwisterchenkurs
- Babymassage
- Babyblues & Babyboogie
- Babyschwimmen
- Kinder-Wasserspaß

Information:

Verwaltung: 02452 188-141





Heinsberger Babypraxis

Stiftsstraße 11-13

52525 Heinsberg

Telefon: 02452 188-141

www.heinsberger-babypraxis.de
info@heinsberger-babypraxis.de

