



STÄDTISCHES
KRANKENHAUS
HEINSBERG

Akademisches Lehrkrankenhaus der RWTH Aachen

Mit

NEUEM

Kurs-Angebot!

Kursprogramm 2015

Heinsberger Babypraxis



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 während und nach der Schwangerschaft besprochen werden. Wir bieten die Betreuung durch die Hebamme vor der Geburt an. Nach der Geburt betreut Sie gerne die Hebamme, die Sie entbunden hat, auch zu Hause. Hierzu müssen Sie sich vor der Geburt nicht gesondert anmelden. Wir sprechen dies direkt nach der Geburt im Kreißaal mit Ihnen ab.

Wenn Sie mit Ihrer persönlichen Hebamme zur Geburt gehen wollen, stehen Ihnen ab der 37. Schwangerschaftswoche die am Krankenhaus Heinsberg tätigen, freiberuflichen Hebammen nach Absprache zur Verfügung. Ihre Hebamme ist nun Tag und Nacht für Sie erreichbar. Hierfür wird eine Kostenpauschale erhoben.

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:

Christa-M. Schönberg, Hebamme
Christina Beitlich, Hebamme
Maria Wiertz, 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



Kreißsaalbesichtigung & Besichtigung der 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:

21.01.2015
18.02.2015
18.03.2015
15.04.2015
13.05.2015
10.06.2015
12.08.2015
02.09.2015
30.09.2015
28.10.2015
25.11.2015
16.12.2015



Leitung:

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

Ort:

Städtisches Krankenhaus
Heinsberg, Cafeteria

Anmeldung:

nicht erforderlich



**Für unsere englischsprachigen
werdenden Eltern**

Visitation of maternity room & maternity ward

For parents-to-be

A visitation of the maternity room and the maternity ward will take place at **18:00 pm** on the following appointments under the direction of midwife Christina Beitlich.

Appointments:

21-01-2015
18-02-2015
18-03-2015
15-04-2015
13-05-2015
10-06-2015
12-08-2015
02-09-2015
30-09-2015
28-10-2015
25-11-2015
16-12-2015

Direction:

Christina Beitlich, midwife

Location:

Städtisches Krankenhaus
Heinsberg, foyer

Announcement: unnecessary



*Heinsberger
Babypraxis*

Geburtsvorbereitung I - 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 Trotschke

Facharzt für Anästhesie

Christa-M. Schönberg, Hebamme

Christina Beitlich, Hebamme

Mirjam Abou Lebdi, Kinderkrankenschwester

Hanni Winkens,

Kinderkrankenschwester

Kursleitung:

Christa-M. Schönberg, Hebamme

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:

Christa-M. Schönberg:
02452 89590

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 kompakt vermittelt.

Anschließend besichtigen wir gern mit Ihnen unseren Kreißsaal.

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

Kursleitung:

Brigitte Hülken, Hebamme



Termine:

23./24.01.2015
27./28.02.2015
14./15.03.2015 (Sa./So.)
17./18.04.2015
08./09.05.2015
26./27.06.2015
14./15.08.2015
11./12.09.2015
30./31.10.2015
20./21.11.2015
11./12.12.2015

freitags
samstags

19:00 Uhr - 21:00 Uhr
10:00 Uhr - 17:00 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

Geburtsvorbereitung II - für Erfahrene

Vorbereitung auf das Leben ab dem zweiten Kind

In angenehmer Atmosphäre gewinnen Sie Vertrauen zu sich und dem eigenen Körper mithilfe von Gymnastik, Entspannungs- und Atemübungen.

Außerdem beinhaltet der Kurs Fachinformationen und Gespräche über Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett, Stillen und Kreißaalbesichtigung.

Der Kurs wird in Kooperation mit der Anton-Heinen-Volkshochschule und dem Gesundheitsamt des Kreises Heinsberg abgehalten.

Kursleitung:

Christa-M. Schönberg, Hebamme
Christina Beitlich, Hebamme

Termine:

montags
20:00 Uhr - 21:00 Uhr

Gebühr:

Abrechnung mit der
Krankenkasse

Ort:

Heinsberger Babypraxis
Stiftsstraße 11-13
52525 Heinsberg

Information und Anmeldung:

Christa-M. Schönberg: 02452 89590



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 (Wasseranlagerungen) 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 Euro

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 PREGATES 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 Anfang 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:

07.01.2015
15.04.2015
19.08.2015
21.10.2015

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

NEU

**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:

Gerti Kremers,
Kinderkrankenschwester & Laktationsberaterin
Paula Fernandes-Herrlich,
Kinderkrankenschwester & Laktationsberaterin
Marita Erkens-Kappertz,
Kinderkrankenschwester & Laktationsberaterin

Termine:

15.01.2015
05.02.2015
05.03.2015
09.04.2015
07.05.2015
25.06.2015
15.10.2015
12.11.2015
10.12.2015

14:00 Uhr - 15:30 Uhr

Ort:

Heinsberger Babypraxis
Stiftsstraße 11-13
52525 Heinsberg

Information und Anmeldung:

Geburtsstation: 02452 188-493



Stillambulanz

NEU

Für Mütter

Bei Fragen und Problemen rund um das Thema Stillen stehen Ihnen unsere Still- und Laktationsberaterinnen bereits während der Schwangerschaft und nach der Geburt beratend zur Seite.

Beratung & Hilfestellung:

- Vorbereitung auf das Stillen
- Milcheinschuss, Milchstau, Mastitis
- Zu viel Milch, zu wenig Milch
- Schmerzen beim Stillen
- Laserbehandlung
- Stillmanagement, (Berufs-)Alltag & Stillen
- Gedeihstörungen des Babys in Zusammenarbeit mit einem Kinderarzt
- Stillen von Zwillingen
- Sanftes Abstillen
- Stillen & Beikost
- Umgang mit Stillhilfsmitteln



Beratung rund um das Baby:

- Ernährung
- Schlaf
- Entwicklung
- Schreien
- Bilikontrolle
- Geburtsanmeldung

Leitung:

Gerti Kremers,
Kinderkrankenschwester & Laktationsberaterin
Paula Fernandes-Herrlich,
Kinderkrankenschwester & Laktationsberaterin
Marita Erkens-Kappertz,
Kinderkrankenschwester & Laktationsberaterin

Termine:

dienstags & freitags
10:00 Uhr - 11:30 Uhr

Ort:

Städtisches Krankenhaus
Heinsberg, Geburtsstation

Information und Anmeldung:

Geburtsstation: 02452 188-493
Notfälle werden ohne
Voranmeldung behandelt!

Trageberatung

NEU

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.



Die Gruppenberatung ist für mindestens 4 bis maximal 6 Paare ausgelegt.

Kursleitung:

Alexandra Dohse, Hebamme
Maria Wiertz, Hebamme

Gebühr:

Gruppenberatung:
20,00 € (pro Paar)
Einzelberatung:
30,00 € (pro Paar)

Termine:

Gruppenberatung:
27.01.2015
17.03.2015
19.05.2015
28.07.2015
08.09.2015
17.11.2015
ab 19:00 Uhr

Ort:

Heinsberger Babypraxis
Stiftsstraße 11-13
52525 Heinsberg

Information und Anmeldung:

Alexandra Dohse: 0163 3694389
Maria Wiertz: 0178 8488123

Rückbildungsgymnastik

Für Mütter

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 Hülnden, Hebamme (dienstags)

Termine:

montags
19:00 Uhr - 19:45 Uhr
dienstags
09:30 Uhr - 10:15 Uhr

Gebühr:

Abrechnung mit der
Krankenkasse

Ort:

Heinsberger Babypraxis
Stiftsstraße 11-13
52525 Heinsberg

Information und Anmeldung:

Christa-M. Schönberg: 02452 89590
(Montagskurse)
Brigitte Hülnden: 02456 5070320
(Dienstagskurse)



Heinsberger
Babypraxis

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: 19.02.2015
21.05.2015
03.09.2015
12.11.2015

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 aus-
gelegt.

Kursleitung:

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

Termine: 12.05.2015
20.10.2015

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

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 Möbers,
Kinderkrankenschwester
Monika Weinsheimer,
Kinderkrankenschwester



Termine:

11.03.2015
10.06.2015
09.09.2015
09.12.2015

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:

Elke Reinartz,
Kinderkrankenschwester
Christina Stein,
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

Heinsberger
Babypraxis

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:

12.03.2015	09:00 Uhr - 10:30 Uhr
14.08.2015	15:00 Uhr - 16:30 Uhr
12.11.2015	09:00 Uhr - 10:30 Uhr

6 - 10 Monaten:

12.03.2015	10:30 Uhr - 12:00 Uhr
13.03.2015	15:00 Uhr - 16:30 Uhr
13.08.2015	09:00 Uhr - 10:30 Uhr (Folgekurs)
13.08.2015	10:30 Uhr - 12:00 Uhr
12.11.2015	10:30 Uhr - 12:00 Uhr
13.11.2015	15:00 Uhr - 16:30 Uhr (Folgekurs)

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: 24.11.2015
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 9:00 Uhr

Gebühr: 8 x 30 Minuten: 50 Euro

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 9:00 Uhr

Gebühr: 8 x 45 Minuten: 65 Euro

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

Geschenkidee

Anderen eine Freude machen

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

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

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

Information:

Verwaltung: 02452 188-141

GUTSCHEIN

Für:

Name _____

Adresse _____



**Heinsberger
Babypraxis**

Über den Kurs:

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

Dieser Gutschein berechtigt den Empfänger zur kostenlosen Teilnahme am angegebenen Kurs. Der Gutschein ist nicht übertragbar und eine Barauszahlung ist nicht möglich.

Heinsberger Babypraxis
 Stiftsstraße 11-13
 52525 Heinsberg
 Telefon: 02452 188470
www.heinsberger-babypraxis.de
info@heinsberger-babypraxis.de



Datum, Unterschrift _____

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

Heinsberger
Babypraxis



Kurs-Übersicht

Januar

ab 07.01.2015	Preglates
15.01.2015	Mütter- und Baby-Café
21.01.2015	Kreißsaalbesichtigung
23./24.01.2015	Crashkurs Wochenende
27.01.2015	Trageberatung

Februar

05.02.2015	Mütter- und Baby-Café
18.02.2015	Kreißsaalbesichtigung
19.02.2015	Ernährungsberatung
27./28.02.2015	Crashkurs Wochenende

März

05.03.2015	Mütter- und Baby-Café
11.03.2015	Geschwisterchenkurs
ab 12.03.2015	Babyblues & Babyboogie
ab 13.03.2015	Babyblues & Babyboogie
14./15.03.2015	Crashkurs Wochenende
17.03.2015	Trageberatung
18.03.2015	Kreißsaalbesichtigung

April

09.04.2015	Mütter- und Baby-Café
15.04.2015	Kreißsaalbesichtigung
ab 15.04.2015	Preglates
17./18.04.2015	Crashkurs Wochenende

Mai

07.05.2015	Mütter- und Baby-Café
08./09.05.2015	Crashkurs Wochenende
12.05.2015	Notfallkurs
13.05.2015	Kreißsaalbesichtigung
19.05.2015	Trageberatung
21.05.2015	Ernährungsberatung

Juni

10.06.2015	Kreißsaalbesichtigung
10.06.2015	Geschwisterchenkurs
25.06.2015	Mütter- und Baby-Café
26./27.06.2015	Crashkurs Wochenende

Juli

28.07.2015	Trageberatung
------------	---------------

August

12.08.2015	Kreißsaalbesichtigung
ab 13.08.2015	Babyblues & Babyboogie
ab 14.08.2015	Babyblues & Babyboogie
14./15.08.2015	Crashkurs Wochenende
19.08.2015	Preglates

September

02.09.2015	Kreißsaalbesichtigung
03.09.2015	Ernährungsberatung
08.09.2015	Trageberatung
09.09.2015	Geschwisterchenkurs
11./12.09.2015	Crashkurs Wochenende
30.09.2015	Kreißsaalbesichtigung

Oktober

15.10.2015	Mütter- und Baby-Café
20.10.2015	Notfallkurs
ab 21.10.2015	Preglates
28.10.2015	Kreißsaalbesichtigung
30./31.10.2015	Crashkurs Wochenende

November

12.11.2015	Mütter- und Baby-Café
12.11.2015	Ernährungsberatung
ab 12.11.2015	Babyblues & Babyboogie
ab 13.11.2015	Babyblues & Babyboogie
17.11.2015	Trageberatung
20./21.11.2015	Crashkurs Wochenende
24.11.2015	Geheimnis erster Wörter
25.11.2015	Kreißsaalbesichtigung

Dezember

09.12.2015	Geschwisterchenkurs
10.12.2015	Mütter- und Baby-Café
11./12.12.2015	Crashkurs Wochenende
16.12.2015	Kreißsaalbesichtigung

Starttermine auf Anfrage:

Geburtsvorbereitung I und II
Aqua Fitness
Rückbildungsgymnastik
Babymassage
Babyschwimmen
Kinder-Wasserspaß



Heinsberger Babypraxis

Heinsberger Babypraxis

Stiftsstraße 11-13

52525 Heinsberg

Telefon: 02452 188-141

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