

Liebe werdende Eltern,

mit der Schwangerschaft und der Geburt Ihres Kindes beginnt für Sie ein neuer Lebensabschnitt. Wir vom Familienzentrum der Frauenklinik im Diakonieklinikum begleiten Sie auf dem Weg durch diese spannende und freudige Zeit. Unsere Kurse und wechselnde Info-Abende stellen ein ganzheitliches Angebot dar; beginnend mit der Schwangerschaft, über die Geburt, das Wochenbett und die Zeit danach.

Alle Kursleiter verfügen über eine lange Berufserfahrung und nehmen regelmäßig an Schulungen und Fortbildungen teil. Dies garantiert Ihnen fachkundige, praxisnahe und neutrale Informationen. Wir wünschen Ihnen einen positiven Schwangerschaftsverlauf, eine gute Geburtsvorbereitung, eine Geburt in Sicherheit und Geborgenheit sowie einen guten Start ins Familienleben.



Dr. med. Werner Stein
Chefarzt der Frauenklinik



Dr. med. Hans-Peter Hagenah
Leiter der Abteilung Geburtshilfe
in der Frauenklinik



Lea Schulz
Hebamme,
Leiterin des Familienzentrums

ANMELDUNG

Anmeldungen für alle Kurse sowie Auskünfte sind über das Telefon des Familienzentrums oder per Mail möglich.

Ansprechpartnerin:

Lea Schulz

T (04261) 77 - 34 16
(Anrufbeantworter)

familienzentrum@diako-online.de

telefonische Sprechstunde: Mo 16.00 – 18.00 Uhr
Mi, Fr 10.00 – 12.00 Uhr

ANFAHRT

Sie erreichen uns über die A1 aus Hamburg oder Bremen kommend und über die A27 aus Hannover, Abfahrt Rotenburg. Folgen Sie den Hinweisschildern nach Rotenburg. In der Innenstadt fahren Sie Richtung Diakonieklinikum. Die mögliche Parkfläche direkt am Klinikum ist begrenzt. Gegen eine Gebühr können Sie im Parkhaus oder auf dem gegenüberliegenden Mutterhausgelände parken. Kostenfreie Parkplätze finden Sie auf dem Lohmarkt (Ecke Fuhrenstraße, Königsberger Straße).

AGAPLESION DIAKONIEKLINIKUM

ROTENBURG gemeinnützige GmbH
Frauenklinik, Familienzentrum
Mutterhausgelände, Haus Bethesda, Haus-Nr. 12
Elise-Averdieck-Str. 17, 27356 Rotenburg
T (04261) 77 - 34 16
familienzentrum@diako-online.de

www.geburtshilfe.diako-online.de



FAMILIENZENTRUM ROTENBURG

Aktuelles Kursprogramm

www.geburtshilfe.diako-online.de





UNSERE KURSE IM ÜBERBLICK

ANGEBOTE VOR DER GEBURT

Geburt im Weitblick

Wir bieten regelmäßig Informationsabende mit Kreißsaalführung für Schwangere und werdende Eltern an.

Geburtsvorbereitung

Nehmen Sie sich Zeit für Entspannung, Atmung und Vorbereitung auf die Geburt und das Leben mit Ihrem Baby. Wir bieten sowohl Kurse für Frauen als auch für Paare an.

Infoabende „Kinder- und Elterngeld“

In Zusammenarbeit mit der AOK erhalten Sie Informationen und Tipps rund ums Kinder- und Elterngeld.

Sprechstunde der Koordinierungsstelle für Familien Hebammen und Familienkinderkrankenschwestern

Beratung und Begleitung in der Schwangerschaft und nach der Geburt durch den DRK-Kreisverband Bremervörde (Deutsches Rotes Kreuz).

ANGEBOTE NACH DER GEBURT

Rückbildung

Diese Kurse beinhalten Übungen zur Stärkung des Beckenbodens, Rückens sowie Bauch, Beine und Po. Wir bieten Kurse mit und ohne Kind an.

Pilates nach der Rückbildung

Dieser Kurs eignet sich nach der Rückbildung, um gezielt Kräftigungs-, Stabilisierungs-, Beweglichkeits- und Entspannungsübungen zu machen.

Beutel-Training/Mutti-Fit

Das Training mit Tragetuch oder Tragehilfe wird auch als Beuteltraining bezeichnet. Es ist genau auf Ihre Bedürfnisse als Mama und die Ihres Babys abgestimmt. Sie werden rundum fit, Ihr Baby kuschelt mit Ihnen und genießt es, Ihre Nähe zu spüren.

MütZe (MütterZeit) / Geschwisternachmittage

In gemütlicher Runde tauschen sich Eltern aus. Antworten und Tipps auf offene Fragen erhalten Sie von einer Hebamme. Väter sind ebenfalls herzlich willkommen.

Babymassage

Ein Kurs zur Stärkung der Bindung, Verbesserung des Schlafrythmus sowie zur Unterstützung der emotionalen und körperlichen Entwicklung des Kindes. Auch Väter sind herzlich willkommen.

PEKiP

In einer kleinen Gruppe werden Spiel und Bewegung für Eltern mit Babys ab der zehnten Woche nach dem Prager-Eltern-Kind-Programm angeboten.

Krabbelgruppe

Während sich die Kinder im Alter von null bis eineinhalb Jahren in gemütlicher Runde kennenlernen, ist ein Austausch unter Eltern möglich.

Tragecafé

In gemütlicher Runde können sich Eltern über das Tragen von Babys und Kleinkindern austauschen und informieren.

GUT VORBEREITET

Geschwisterführerschein

Wir bereiten Geschwister auf den Familienzuwachs vor und gehen auf Fragen und Ängste ein.

Erste-Hilfe am Kind

Ein maßgeschneiderter Kurs für (werdende) Eltern und Großeltern.

Trageberatung

Wir arbeiten mit zertifizierten Trageberaterinnen zusammen. Sie bekommen Informationen über Tragemöglichkeiten und -varianten. Unsere Trageworkshops behandeln wechselnde Themen. Auch individuelle Einzel- oder Gruppenberatungen sind möglich.

Die aktuellen Kurstermine und Kursgebühren erfahren Sie auf unserer Homepage: www.geburtshilfe.diako-online.de