Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

Sehr geehrte werdende Eltern,

Schwangerschaft und Geburt sind immer etwas Besonderes im Leben der werdenden Eltern. Wir möchten Ihnen im Folgenden einige Informationen zu unseren Kursen und Infoabenden rund um die Geburt geben.

Ihr Team der
Klinik für Geburtshilfe
und Gynäkologie
Städtisches Klinikum Solingen
gemeinnützige GmbH

Kursangebote vor der Geburt

Infoabende für werdende Eltern

Unter Mitwirkung des Chefarztes für Gynäkologie und Geburtshilfe, der leitenden Hebamme, dem Chefarzt der Kinderklinik und einer Kinderkrankenschwester.

Tag, Zeit: Montag um 17:00 Uhr
Termine: 09.01. und 23.01.2017
06.02. und 20.02.2017
06.03. und 20.03.2017
03.04. und 24.04.2017
08.05. und 22.05.2017
12.06. und 26.06.2017
10.07. und 24.07.2017
07.08. und 21.08.2017
04.09. und 18.09.2017
09.10. und 23.10.2017
06.11. und 20.11.2017
04.12. und 18.12.2017

Treffpunkt zu allen Infoabenden ist vor dem Besprechungsraum 3 (Richtung Haus E, Ebene 0).
Eine Anmeldung ist **nicht** erforderlich. Bitte beschränken Sie sich aufgrund von Platzmangel auf nur **eine** Begleitperson.

Geburtsvorbereitungskurse

Im Verlauf der Geburtsvorbereitung werden Sie u.a. Entspannungsübungen, Atemtechniken sowie Massageübungen unter Anleitung einer Hebamme erlernen. Zudem beinhalten alle unsere Kurse 2 Stunden Säuglingspflege und eine 2-stündige Teilnahme bei der Stillberatung.

Geburtsvorbereitung für Paare

Tag, Zeit: Di., 19:00 Uhr
Dauer: 1½ Std.
Termine: 31.01.-14.03.2017
25.04.-06.06.2017
22.08.-17.10.2017
07.11.-19.12.2017
Leitung: Katja Kaiser (Klinikhebamme)
Kosten: 65 EUR für Partner
Anmeldung: ide-k@web.de

Crash-Kurse am Wochenende

Leitung: Katharina Lipski (Klinikhebamme)
Anmeldung: katharina.forys@arcor.de
Termine:
Freitag, 03.02. und Samstag, 04.02.2017
Freitag, 02.06. und Samstag, 03.06.2017
Freitag, 06.10. und Samstag, 07.10.2017

Leitung: Martina Parusel (Klinikhebamme)
Anmeldung: martina-parusel@vodafone.de
Termine:
Freitag, 07.04. und Samstag, 08.04.2017
Freitag, 04.08. und Samstag, 05.08.2017
Freitag, 01.12. und Samstag, 02.12.2017

Tag, Zeit:
Freitag: von 18:00 - 21:00 Uhr
Samstag: von 10:00 - 13:00 Uhr (1 Std. Mittagspause) und
von 14:00 - 17:00 Uhr (1/2 Std. Kaffeepause)

Für Frauen werden die Gebühren von den Krankenkassen übernommen und für den Partner ist ein Betrag von 65 EUR selbst zu zahlen.

Fit in der Schwangerschaft

Das Schwimmen in angenehm temperierten Wasser entspannt und ist ein sanftes Bewegungstraining für Schwangere. In dem gut beheizten 34°C warmen Schwimmbad des Klinikums erlernen die Schwangeren Atem– und Entspannungstechniken bei Musik.
Leitung: Diana Rettschlag-Nippes (Klinikhebamme)
Ort: Bewegungsschwimmbad Klinikum
Dauer: Kurseinheit aus 6 Std. (1 Std.)
Kosten: 50 EUR für eine Kurseinheit
Alle Termine unter Vorbehalt.

Wassergymnastik für Schwangere

Termine: 11.01.2017-15.02.2017
22.02.2017-29.03.2017
05.04.2017-17.05.2017
24.05.2017-28.06.2017
05.07.2017-30.08.2017 (3 x nicht Schulferien)
06.09.2017-11.10.2017
25.10.2017-06.12.2017
Tag, Zeit: Mittwoch von 17:00 bis 18:00 Uhr
Anmeldung: schwimmen@diana-hebamme.de

Stillinfoabende

Leitung: Claudia Braches
(Kinderkrankenschwester und Stillberaterin IBCLC)
Tag, Zeit: Mittwoch, 18:30 - 21:00 Uhr
Ort: Besprechungsraum 3, Ebene E
Anmeldung: PG E11, Tel: 0212/547-2476
Termine: 18.01.2017
15.03.2017
17.05.2017
05.07.2017
20.09.2017
22.11.2017
Stillen schützt und fördert die Gesundheit von Mutter und Kind. Je besser sich die Mütter auf die Stillzeit vorbereiten, desto leichter gelingt das Stillen und wird zur glücklichen Erfahrung für die ganze Familie. Wir informieren und beantworten Ihre Fragen rund um die natürlich Ernährung und das Bindungsverhalten des Neugeborenen bis zum Kleinkind.

Stillcafé

Tag, Zeit:
Montag,
09:00 - 11:00 Uhr (für große Kinder, die krabbeln können)
11:00 - 12:30 Uhr (für kleine Kinder, die noch nicht krabbeln)
Ort: Elternschule Herberger Straße 12
Ohne Voranmeldung

Stillhotline: 0212/ 547-2477
(24 Stunden)

Akupunktursprechstunde bei Schwangerschaftsbeschwerden und Geburtsvorbereitend

Nach telefonischer Terminvereinbarung mit Hebamme Kathrin Hahne, Telefon: 0176-63173967.

Kursangebote nach der Geburt

Babymassage - Streicheleinheiten für Ihr Baby

Leitung: Claudia Elsheimer, Physiotherapeutin
Ort: Gymnastikraum der Physiotherapie
Anmeldung: claudiaelsheimer@web.de
Kosten: 50 EUR
Tag, Zeit: Dienstag, 09:45 - 11:00 Uhr
Termine: 07.02.2017-07.03.2017
04.07.2017-01.08.2017
10.10.2017-07.11.2017
21.11.2017-19.12.2017

Leitung: Martina Parusel (Hebamme)
Ort: Gymnastikraum der Elternschule,
Herberger Str. 12
Anmeldung: martina-parusel@vodafone.de
Kosten: 50 EUR
Tag, Zeit: Freitag, 10:30 - 12:00 Uhr
Termine: 03.02.2017-03.03.2017
16.06.2017-14.07.2017
03.11.2017-01.12.2017

Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe

STÄDTISCHES KLINIKUM
Solingen

Trageinfoabend

Leitung: Nicola Gehring
(Krankenschwester und Trageberaterin)
Kosten: Keine
Zeit: 18:30 bis 20:30 Uhr
Anmeldung: 0212 / 547-2476
Ort: Besprechungsraum 3, Ebene 3
Tragen stillt Bedürfnisse, gibt Nähe, Sicherheit, Geborgenheit, Unabhängigkeit, Flexibilität und fördert dabei auch noch das Baby. Wie Sie alles vereinen können, zeige ich Ihnen an folgenden Terminen:
Termine: 08.02.2017
05.04.2017
07.06.2017
11.10.2017
13.12.2017

Bewegungsförderung für Säuglinge von 0-6 Monaten

Bewegungsförderung für Säuglinge von 0 bis 6 Monate
Leitung: Frau Elsheimer und Frau Unglaub
Tag, Zeit: Donnerstag, 09:45 - 11:00 Uhr
Ort: Physiotherapie
Kosten: 5 Einheiten á 45 Min., 50 EUR
Termine: 12.01.2017-09.02.2017
20.04.2017-18.05.2017
03.08.2017-31.08.2017
02.11.2017-30.11.2017
Anmeldung: claudiaelsheimer@web.de

Babyschwimmtermine

Tag, Zeit: Fr., 15:00 Uhr (3 - 6 Monate)
Fr., 16:00 Uhr (7 - 12 Monate)
Fr., 17:00 Uhr (3 - 12 Monate)
Fr., 18:00 Uhr (gem., d.h. 3 - 12 Monate)
Achtung: Termin unter Vorbehalt
Leitung: Kati Dumke (Kinderkrankenschwester)
Kosten: 36 EUR
Termine: 06.01.2017-10.02.2017
24.02.2017-31.03.2017
02.06.2017-07.07.2017
Kurs November/Dezember je nach Anfrage und Teilnehmer-zahl. Alle Termine unter Vorbehalt.
Anmeldung: babyschwimmen-solingen@gmx.de

Fitdankbaby

Sport für Mamas und Babys aufbauend auf die Rückbildungsgymnastik
Zielgruppe: Mamas und Baby von ca. 3-14 Monate
Tag, Zeit: Do. um 09:30 und 11:00Uhr
Ort: Gymnastikraum der Elternschule Herbergerstr. 12
Leitung: Miriam Pohl Dipl. Sprachheilpädagogin
Anmeldung: Claudia Dettmar
Handy: 0151/55264932
E-Mail: claudia.dettmar@fitdankbaby.de
Termine:

12.01.2017-02.03.2017	8 Termine	84 Euro
16.03.2017-06.04.2017	4 Termine	44 Euro
27.04.2017-22.06.2017	7 Termine	74 Euro
29.06.2017-03.08.2017	6 Termine	64 Euro
07.09.2017-19.10.2017	7 Termine	74 Euro
09.11.2017-14.12.2017	6 Termine	64 Euro

Kinesio-Taping

Zur Linderung von verschiedenen Beschwerden in der Schwangerschaft.

Termine: nach Absprache
Gebühren: 10-15 Euro
Info und Ameldung: Martina Parusel (Hebamme)
Mo.-Fr. 10.00 Uhr bis 18.00 Uhr
Tel.: 0157 / 884 29 287

Terminvergabe für Geburtsplanung und Hebammensprechstunde von Montag bis Donnerstag ab 08.00 Uhr - 12.00 Uhr unter der Telefonnummer 0212 / 547-6915.

Kreißsaal
Tel.: (0212) 547 - 23 77
24-Stunden-Bereitschaft

STÄDTISCHES KLINIKUM SOLINGEN
gemeinnützige GmbH
Klinik für Frauenheilkunde und Geburtshilfe
Gotenstraße 1 - 42653 Solingen
Tel.: (0212) 547 - 23 71
Fax: (0212) 547 - 22 74
E-Mail: gynaekologie@klinikumsolingen.de

hebammen@klinikumsolingen.de
www.klinikumsolingen.de./kliniken/gynaekologie

Ressort Öffentlichkeitsarbeit Stand 11/2016

Rund um die Geburt

Kursangebote der Elternschule und Infoabende für werdende Eltern 2017

Akademisches Lehrkrankenhaus
der Universität zu Köln