

## Kontakt:

### KLINIK FÜR GYNÄKOLOGIE UND GEBURTSHILFE

Dr. med. Wolfgang Meinerz  
Chefarzt

### Anmeldung, Termine und Infos unter

Sekretariat Gynäkologische Ambulanz:  
Tel.: 0 52 58/10-311 oder [www.st-josefs.de/geburt](http://www.st-josefs.de/geburt)

### Alle Kurse finden statt im

St. Josefs-Krankenhaus Salzkotten



### ST. JOSEFS-KRANKENHAUS

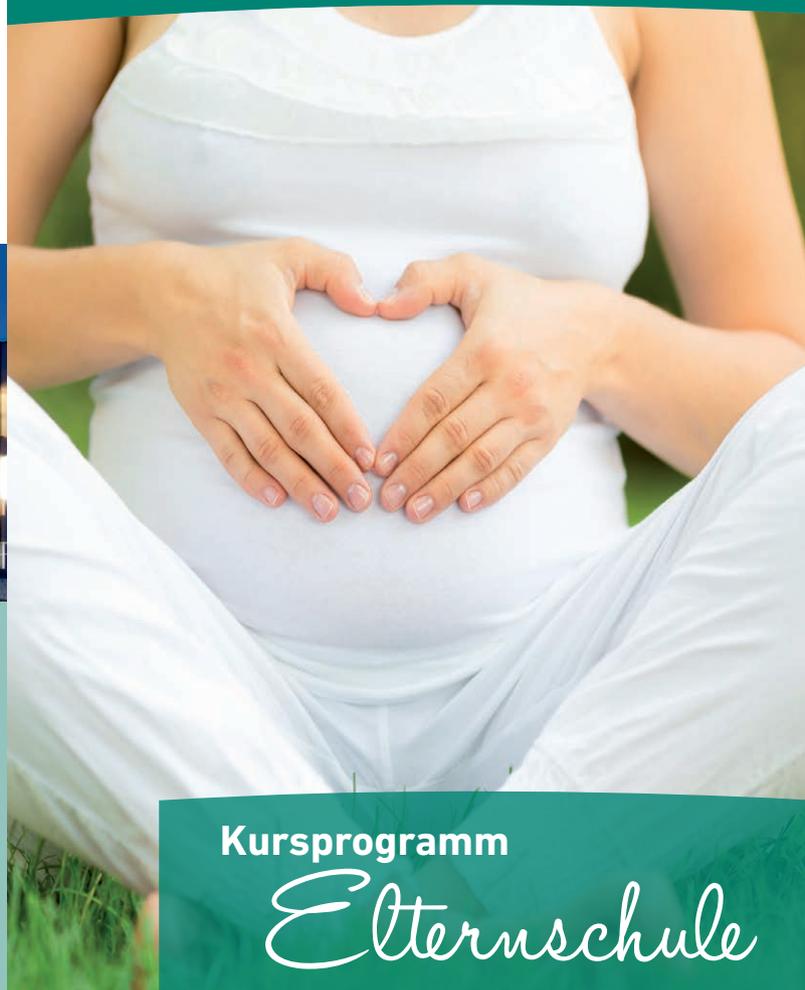
Dr.-Krismann-Straße 12  
33154 Salzkotten

Tel.: 0 52 58/10-0  
Fax: 0 52 58/10-102  
E-Mail: [info@sjks.de](mailto:info@sjks.de)

[www.st-josefs.de](http://www.st-josefs.de)



# KLINIK für Gynäkologie und Geburtshilfe Salzkotten



## Kursprogramm

# Elternschule



St. Vincenz-Krankenhaus GmbH  
Akad. Lehrkrankenhaus der Universität Göttingen  
St. Josefs-Krankenhaus Salzkotten

# Uns Leben begleiten

## Der Ernährungsabend für Mutter und Kind

Essen für zwei? Schwangerschaftsdiabetes?  
Eisenmangel? Fastfood für Kinder?

**Alle diese Fragen und vieles mehr sind Themen dieses Ernährungsabends.**

Wir informieren Sie unter anderem über:

- die Besonderheiten in der Schwangerschaft und Stillzeit,
- den Schwangerschaftsdiabetes
- die Ernährung des Kindes im ersten Lebensjahr
- die Einführung der Beikost

**Kosten:** 15,- Euro pro Person/Paar

**Kursleiterin:** Ulla von Rüden, Ernährungsberaterin

**Raum, Zeit:** Tagungsraum, 3. OG; 19 Uhr

Für alle, die wissen wollen, wie gesunde Ernährung im Familienalltag gelingen kann, ohne dass der Genuss oder Sie selbst auf der Strecke bleiben.



## Geschwisterkurse

In unseren Geschwisterkursen üben die älteren Schwestern und Brüder schon mal, wie man das kleine Geschwisterchen trägt oder hält. Dabei erfahren sie auch einiges über die besondere Situation, wenn das neue Baby da ist – zum Beispiel, dass Mama erst einmal viel Ruhe braucht und kleine Babys ihre Mütter viel in Anspruch nehmen. Der einstündige Kurs richtet sich an Kinder bis zu 8 Jahren.

**Kosten:** 5,- Euro

**Raum, Zeit:** Treffpunkt Rezeption der Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe, 2. OG



## Willkommen – das Kind im ersten Lebensjahr

Vorbereitung auf das Leben mit einem Neugeborenen

Mit einem neugeborenen Kind ändert sich sehr viel im Leben eines jungen Paares. Es macht das „Elternsein“ einfacher, wenn man versteht, was das Kind benötigt, um sich sicher und geborgen zu fühlen.

- Bonden, halten und Sicherheit geben
- Schlafen und schreien
- Wickeln und pflegen
- Entwicklungsförderung im ersten Lebensjahr
- „Störfaktoren“, die dazugehören

**Kosten:** 15,- Euro pro Person/Paar

**Kursleiterin:** Ulla von Rüden,

Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin

**Raum, Zeit:** Tagungsraum, 3. OG; 19 Uhr



## Stillen – mit allen Sinnen genießen

Entscheidungshilfe zur Ernährung Ihres Kindes

- Richtig anfangen: Bonding, 24-Stunden Rooming-in
- Vorteile des Stillens für das Kind und die Mutter
- Erkennen der Signale des Kindes
- Erlernen von Stillpositionen
- Unterstützung beim Stillen durch den Partner

**Kosten:** Die Teilnahme ist kostenlos.

**Kursleiterin:** Sabine Schubert,

Still- und Lactationsberaterin IBCLC

**Raum, Zeit:** Tagungsraum, 3. OG; 19 Uhr



## Babymassage (nach Leboyer) und Pekip (8x1,5 Std.)

Eine ganzheitliche, entwicklungsfördernde Begleitung für Babys im ersten Lebensjahr und ihre Eltern. Erleben Sie Ihr Kind bewusster!

**Kosten:** 70,- Euro

**Kursleiterin:** Inge Niggemann, PEKiP-Gruppenleiterin

**Anmeldung:** Telefon 0 52 58 / 59 28

oder E-Mail: [Ingenigg@t-online.de](mailto:Ingenigg@t-online.de)

