

### Krabbelkäfer (ab dem 4. Lebensmonat)

In diesem Kurs heißt es, den Alltag der Kinder leben und verstehen lernen, sowie für die Eltern durch Anregungen und Tipps für die Praxis das tägliche Miteinander zu meistern. Hier werden Lieder gesungen, kleine Fingerspiele gelernt und entwicklungsspezifische Anregungen zu Spielen gegeben, die die Sinne ansprechen.

- ▲ **Klinikum Halle/ Westf.:**  
(Hebammengemeinschaft Halle)  
montags, 15.00 – 16.30 Uhr  
8 x 1,5 Stunden; Kosten: 80,00 Euro
- ▲ **Harsewinkel:**  
(Hebamme M. Kastning)  
donnerstags, 09.00 – 11.30 Uhr  
8 x 1,5 Stunden; Kosten: 80,00 Euro

### Harmonische Kindermassage (3. – 10. Lebensjahr)

Körperkontakt und liebevolle bewusste Berührung unterstützt die natürliche körperliche und psychische Entwicklung des Kindes. Die harmonische Kindermassage fördert weiterhin die Ausdauer und Ausgeglichenheit, Ruhe und Konzentration.

- ▲ **Harsewinkel**  
(Hebamme M. Kastning)  
Freitag nachmittag; 6 x 1 Stunde; Kosten: 60,00 Euro

### Info – Abend / Kreißsaalführung

An diesem Abend möchten wir Ihnen gerne unsere Tätigkeitsbereiche, sowie unsere Räumlichkeiten vor Ort vorstellen, und Ihnen die Möglichkeit geben Fragen zu stellen.

- ▲ **Klinikum Halle/Westf., Kreißsaal**  
15.02.2017 um 19.00 Uhr  
12.04.2017 um 19.00 Uhr  
14.06.2017 um 19.00 Uhr

### Vorträge 2017

Die Vorträge im Klinikum Halle/ Westf. finden im Mehrzweckraum des Kreißsaales in Halle statt.

- ▲ Bitte unter folgender Telefonnummer anmelden:  
Tel.: 0 52 01. 1 88 – 96 40

### Ernährung des Säuglings im ersten Lebensjahr

In diesem Kurs bekommen Sie einen Überblick über die Ernährung des Säuglings im 1. Lebensjahr. Im Vordergrund steht die Selbstzubereitung der Breimahlzeiten. Die richtige Lebensmittelauswahl, zeitsparende Zubereitung und die Kost allergiefährdeter Säuglinge werden erläutert.

- ▲ **Harsewinkel:**  
Regelmäßig alle 4-6 Wochen; bitte aktuellen Termin erfragen  
Eintritt: kostenlos
- ▲ **Klinikum Halle/ Westf.:**  
30.01.2017 um 19:00 Uhr  
03.05.2017 um 19:00 Uhr  
Regelmäßig 1 x im Quartal, aktuellen Termin bitte erfragen  
Eintritt: kostenlos

### Alles rund um die Zahnpflege

Jede Mutter, jeder Vater freut sich über das erste Zahnchen. Doch wann und wie muss man mit der Pflege beginnen? Kann unser Kind weiter am Daumen lutschen oder muss ich ihm einen Schnuller angewöhnen? Alle Fragen rund um Zahnpflege und Zahnentwicklung werden hier geklärt.

- ▲ **Klinikum Halle/ Westf.:**  
ca. alle 3-4 Monate (bitte Tagespresse & Website beachten)  
Referentin: Fr. Dr. Schmidt – Zahnärztin aus Halle (Westf.)  
Eintritt: 5 Euro pro Person

### Medizinische Notfallsituationen bei Säuglingen und Kleinkindern

Hier erlernen Sie die Grundlagen und Verhaltensweisen in akuten Notsituationen, z.B. Reanimation, Vergiftungen, Verbrennungen bei Kindern.

- ▲ **Harsewinkel:**  
Regelmäßig alle 3 Monate; samstags von 10.00 – 14.00 Uhr  
Eintritt: 25,00 Euro pro Person; 20 Euro für den (Ehe-)Partner
- ▲ **Werther**  
Regelmäßig alle 3 Monate, bitte Termin erfragen  
Eintritt: 25,00 Euro pro Person
- ▲ **Klinikum Halle/Westf.:**  
nächsten Termin im Kreißsaal erfragen oder Termine auf der Homepage nachschauen

### Kontakt

Ihr Kontakt zum Klinikum Halle/ Westf.:

#### Klinikum Halle/ Westf.

Winnebrockstraße 1  
33790 Halle (Westf.)  
**Patienteninformation:**  
Telefon: 0 52 01. 1 88 - 0  
E-Mail: info@klinikumhalle.de  
Internet: www.klinikumhalle.de  
**Hebammen im Klinikum Halle/ Westf.:**  
Tel.: 0 52 01. 1 88 - 96 40  
www.hebammengemeinschaft-halle.de

#### Folgende Hebammen sind Mitglied der Hebammengemeinschaft und in den aufgeführten Bereichen tätig:

- ▲ **Anja Dickgreber** (Tel.: 01 75 - 5 67 24 47)  
Vermold, Harsewinkel
- ▲ **Julia Fölling** (Tel.: 01 60 - 96 71 94 38)  
Harsewinkel, Dissen, Vermold
- ▲ **Miriam Kastning** (Tel.: 0 52 47 - 92 59 55)  
Harsewinkel, Herzebrock-Clarholz
- ▲ **Katy Mann** (Tel.: 01 73 - 7 37 32 99)  
Borgholzhausen, Halle/ Westf., Werther, Melle
- ▲ **Linda Müller** (Tel.: 01 76 - 63 44 75 11)  
Vermold, Bad Laer, Dissen, Bad Rothenfelde, Hilter
- ▲ **Sarah Schmidt** (Tel.: 01 51 - 19 40 83 15)  
Bielefeld, Werther, Steinhagen
- ▲ **Friederike Scholz** (Tel.: 01 71 - 9 91 69 66)  
Halle/ Westf., Steinhagen
- ▲ **Melanie Stöttwig** (Tel.: 01 70 - 9 67 78 23)  
Gütersloh, Steinhagen
- ▲ **Sabine Timm** (Tel.: 01 70 - 2 69 16 28)  
Werther, Halle/ Westf., Spenge
- ▲ **Mareike Timmermeister** (Tel.: 01 51 - 52 50 08 82)  
Steinhagen, Halle/ Westf.

#### Impressum

Klinikum Bielefeld gem.GmbH  
Teutoburger Str. 50 – 33604 Bielefeld  
www.klinikumbielefeld.de

Inhalt: Miriam Kastning, Anja Dickgreber, Claudia Schloemann  
Fotos: Steffi Behrmann  
Layout: screen concept - runge  
Stand: 24.11.2016

Das Klinikum Halle/Westf. ist ein Standort der Klinikum Bielefeld gem.GmbH

## Elternschule 1. Halbjahr 2017

der Hebammengemeinschaft Halle  
am Klinikum Halle/Westfalen



Informationen für werdende Eltern



Hebammengemeinschaft Halle  
am Klinikum Halle/Westfalen

### Hilfe bei Beschwerden

Über das bestehende Kurs- und Vortragsangebot hinaus besteht die Möglichkeit der Hilfeleistung bei Beschwerden zu jedem Zeitpunkt in der Schwangerschaft durch

- ▲ Akupunktur
- ▲ Homöopathie
- ▲ K-Taping

Sie können sich jederzeit einen Termin unter Tel.: 0 52 01. 1 88 – 96 40 geben lassen.

---

### Geburtsvorbereitung für Frauen

Während dieses Kurses möchten wir Ihnen die Möglichkeit nahe bringen, Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett aktiv und verantwortungsvoll mitzugestalten. Dies geschieht durch praktische Übungen wie Atemübungen, Massagen und schwangerschaftsspezifische Gymnastik, sowie Informationen und Gespräche rund um Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett.

#### ▲ Klinikum Halle/Westf.:

(Hebamme F. Scholz)  
07.02. – 21.03.2017  
11.04. – 23.05.2017

#### ▲ Versmold:

(Hebamme A. Dickgreber)  
06.03. – 24.04.2017  
12.06. – 24.07.2017

#### ▲ Borgholzhausen:

(Hebamme K. Mann)  
10.01. – 21.02.2017  
02.05. – 13.06.2017

#### ▲ Werther:

(Hebamme S. Schmidt und Hebamme A. Bartsch)  
04.01. – 15.02.2017  
22.02. – 05.04.2017

#### ▲ Harsewinkel:

(Hebamme J. Fölling)  
18.01. – 01.03.2017  
22.03. – 03.05.2017

#### ▲ Steinhagen:

bitte im Kreißsaal melden

---

### Geburtsvorbereitung für Paare

#### ▲ Bad Laer

(Hebamme L. Müller)  
19.01. – 02.03.2017  
09.03. – 20.04.2017  
04.05. – 15.06.2017

### Schwangerenfit

Mit diesem Workout in der Schwangerschaft werden Sie sich fit und gesund fühlen! Sie bleiben dynamisch und beweglich UND bereiten Sie sich optimal auf die Geburt vor.

Regelmäßige Bewegung verbessert die Gesamtkonstitution einer werdenden Mutter, das ist wissenschaftlich erwiesen!

Ein optimal abgestimmtes Training für die Schwangerschaft, das das Herz-Kreislauf-System anregt und auf sanfte Weise Kraft und Beweglichkeit trainiert.

#### ▲ Werther:

(Hebamme S. Schmidt)  
05.01. – 16.02.2017  
23.02. – 06.04.2017  
28.04. – 04.05.2017

---

### Hebammensprechstunde

#### ▲ Borgholzhausen:

(Hebamme K. Mann)  
jeden 3. Mittwoch im Monat ab 09.30 Uhr  
in der Ziegler'schen Apotheke

#### ▲ Harsewinkel:

(Hebamme M. Kastning)  
montags von 15.30 – 17.00 Uhr  
Hebammenpraxis Harsewinkel

---

### Yoga für Schwangere

Es werden Yogaübungen und Atemtechniken zusammen mit Tiefenentspannung und Meditation unterrichtet. Die im Kurs gelernten Bewegungsabläufe lösen Verspannungen, stärken den Kreislauf und sorgen für einen guten Kontakt zum eigenen Körper und zum wachsenden Kind im Bauch.

#### ▲ Harsewinkel:

(Hebamme M. Kastning)  
fortlaufend, dienstags von 18.00 – 19.15 Uhr  
Kosten: 70,00 Euro für 10 Unterrichtseinheiten

#### ▲ Werther

(Hebamme S. Schmidt und Hebamme A. Bartsch)  
fortlaufend, montags von 19.00 – 20.15 Uhr  
Kosten: 70,00 Euro für 10 Unterrichtseinheiten

### Milchcafé / Still- und Fläschchentreff / Baby- & Bauchtreff

Dies ist ein nettes Beisammensein zum Kennenlernen und Austauschen für Mütter mit Kindern.

#### ▲ Werther:

(Hebamme A. Bartsch; AWO Kinder- & Jugendhaus Funtastic)  
jeden 3. Freitag im Monat von 09.30 – 11.30 Uhr

#### ▲ Borgholzhausen:

(Hebamme K. Mann; Familienzentrum im Bürgerhaus)  
jeden ersten Montag im Monat von 10.00 – 11.30 Uhr

---

### Rückbildungsgymnastik

Durch die Arbeit am ganzen Körper mit gezielten Übungen, Bewegungs- und Entspannungselementen werden die durch Schwangerschaft und Geburt stark beanspruchten Muskelgruppen wie Beckenboden – Bauch – Rücken gestärkt und das eigene Wohlbefinden gestärkt.

#### ▲ Borgholzhausen:

(Hebamme K. Mann)  
fortlaufend, dienstags von 20.15 – 21.15 Uhr

#### ▲ Klinikum Halle/ Westf.:

(Hebamme F. Scholz)  
dienstags 20.15 – 21.15 Uhr (Bitte frühzeitige Anmeldung)

#### ▲ Harsewinkel:

(Hebamme J. Fölling, Hebamme S. Nickisch)  
mittwochs von 09.30 – 10.30 Uhr (mit Kind)  
mittwochs von 19.45 – 20.45 Uhr (lange Warteliste)

#### ▲ Versmold:

(Hebamme A. Dickgreber)  
fortlaufend, montags von 19.45 – 20.45 Uhr

#### ▲ Bad Laer:

(Hebamme L. Müller)  
05.01. – 30.03.2017  
30.03. – 01.06.2017

#### ▲ Werther:

(Hebamme S. Schmidt und Hebamme A. Bartsch)  
06.01. – 24.02.2017 von 09.30 – 11.00 Uhr  
10.01. – 21.02.2017 von 09.30 – 11.00 Uhr  
03.03. – 21.04.2017 von 09.30 – 11.00 Uhr  
28.04. – 23.06.2017 von 09.30 – 11.00 Uhr  
(mit Kinderbetreuung; Kosten 30 Euro)

#### ▲ Steinhagen:

bitte im Kreißsaal melden

---

### Rückbildungsgymnastik für Fortgeschrittene „Mama Fit“

#### ▲ Werther:

(Hebamme A. Bartsch)  
11.01. – 22.02.2017

---

### Babymassage (ab der 6. Lebenswoche)

Babymassage ist eine besondere Art der intensiven und liebevollen Berührung. Die Massage macht die Eltern vertrauter mit der Körpersprache ihres Kindes. Vor allem aber hilft sie bei Blähungen, Unruhe und Schlafstörungen. Die motorische Entwicklung wird gefördert und das Immunsystem gestärkt.

#### ▲ Klinikum Halle/ Westf.:

(Hebamme K. Mann)  
Termine auf Anfrage

#### ▲ Harsewinkel:

(Hebamme M. Kastning)  
Donnerstagvormittag; 5 x 1,5 Stunden; Kosten: 50,00 Euro

#### ▲ Werther:

(Hebamme S. Schmidt)  
12.01. – 09.02.2017  
09.03. – 06.04.2017  
01.06. – 29.06.2017  
5 x 1 – 1,5 Stunden;  
Kosten: 50,00 Euro

---

### Trageberatung

In der Trageberatung geht es um die optimale Haltung der Kinder, es werden verschiedene Bindetechniken erklärt und ausprobiert. Ziel ist die sichere Anwendung der Hüft- und Bauchtrage zu erlernen.

▲ (Hebamme M. Kastning, Hebamme K. Mann und Hebamme S. Schmidt)

Einzelberatung nach persönlicher Absprache bei Ihnen zu Hause