



# Rund um die Geburt

## 2019 Infoabende

- + Kreißsaalführung
- + Besichtigung Wochenbettstation

**montags 18:30 Uhr**

 Treffpunkt: Gr. Konferenzraum,  
EG, Stadtklinik Frankenthal

 ohne Anmeldung


7.JAN	4.FEB.	11.MÄR
1.APR	6.MAI	3.JUN
1.JUL	5.AUG	2.SEP
7.OKT	4.NOV	2.DEZ

Weitere Infos über unser vielfältiges  
Kursangebot vor und nach der Geburt  
auf unserer Stadtklinik-Homepage:

[www.skh-ft.de](http://www.skh-ft.de)

## Kreißsaalführungen

**sonntags 10:00 Uhr**

 Treffpunkt: Warteraum  
Kreißsaal, 2.OG

 mit Anmeldung unter:  
☎ 06233 771-2270

20.JAN	17.FEB.	17.MÄR
28.APR	19.MAI	16.JUN
21.JUL	18.AUG	15.SEP
20.OKT	17.NOV	15.DEZ



# Weitere Kursangebote

## Geburtsvorbereitung

Zur Einstimmung auf die Geburt: Sammeln Sie wertvolle Informationen und Tipps rund um Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett und Stillzeit.

## Geburtsvorbereitung Crash-Kurs

Viele Paare wünschen sich einen gemeinsamen Geburtsvorbereitungskurs. Durch die Arbeit und weitere Faktoren ist dies aber nicht immer umsetzbar. Unser Crash-Kurs gibt Ihnen die Möglichkeit, auch mit wenig Zeit, gemeinsam mit Ihrem Partner an einem Wochenende alle wertvollen Informationen und Tipps rund um Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett und Stillzeit zu erhalten.

## Säuglingspflegekurs

Neben Themen wie Wickeln, Baden und Anziehen werden auch Tipps zum Stillen, der Säuglingsernährung und dem Umgang mit kleinen und großen ‚Wehwehchen‘ vermittelt.

## Babymassage (6 Wo - 7 Mon)

Berührung und Entspannung durch Massage:

Erlernen Sie verschiedene Techniken der Babymassage, mit denen Sie Ihr Baby verwöhnen können, die beruhigend und entspannend wirken.

## PEKiP-Gruppe (Prager-Eltern-Kind-Programm)

Unterstützen und fördern Sie die Entwicklungsmöglichkeiten Ihres Kindes durch Bewegungs-, Sinnes- und Spielanregung, vertiefen und festigen Sie die Eltern-Kind-Beziehung.

## Geschwisterkurs für Kinder im Alter von 3-8 Jahren

Werdende Geschwister können alles fragen, was ihnen auf dem Herzen liegt.

Kindgerecht und spielerisch erfahren sie etwas über das Leben eines Babys im Bauch der Mama und was Babys nach der Geburt so alles können.

## Großelternabend

Bringen Sie sich als werdende Großeltern auf den aktuellen Stand der Säuglingspflege und -versorgung. Wir bringen Traditionelles und Modernes für Sie in Einklang, damit Sie fit für die Betreuung Ihrer kleinen Enkel werden.

## Rückbildungs- und Beckenbodengymnastik

Ab der 8. Woche nach der Geburt: Erlernen Sie verschiedene Übungen, um die Rückbildungsvorgänge zu unterstützen und den Beckenboden sowie die Bauch- und Rückenmuskulatur zu stärken.