

NEU!

Reizüberflutung

Können Babys Stress haben? Die Antwort lautet: Ja! Das Klingeln des Telefons, die vielen Lichter an der Wohnzimmerdecke, ja bereits Gerüche können einen Säugling in Stress versetzen. Dies liegt daran, dass das Gehirn eines Säuglings noch nicht in der Lage ist, Reize zu sortieren. Das Leben eines Säuglings ist in der heutigen Zeit reizvoller denn je.

Warum schaffen es dennoch eine Vielzahl von Babys, ausgeglichen und ruhig zu bleiben, während andere schreckhaft zusammensucken?

Wie können Sie Ihrem Kind dabei behilflich sein, mit den alltäglichen Herausforderungen klarzukommen?

In diesem Vortrag erhalten Sie Antworten auf diese und weitere Fragen zum Thema.

Ort: Marienhaus Klinikum St. Elisabeth Saarlouis, Vorraum Aula 1. OG

Uhrzeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Termin: 03.03.

Referentin: Ines Spies-Fritzen, Dipl.-Sozialpädagogin
Die Teilnahme ist kostenfrei.

Anmeldung: Kath. Familienbildungsstätte,

Telefon: 06831 43637, www.fbs-saarlouis.de

oder per E-Mail: elternschule.saar@marienhaus.de

Wichtiger Hinweis:

Erfahrungsgemäß ändern sich im Laufe eines Kursjahres hin und wieder einzelne Termine oder Veranstaltungsorte. Deshalb bitten wir Sie, vor dem Besuch eines Kurses auf unserer Homepage zu überprüfen, ob sich Änderungen ergeben haben. Diese können Sie unter folgenden Internetadressen einsehen:

www.marienhaus-klinikum-saar.de/elternund-kinder/elternschule

oder

www.marienhaus-klinikum-saar.de/startseite/termine

NEU!

Säuglinge schlafen, aber anders

Säuglinge schlafen viel, aber nur verhältnismäßig wenig Zeit am Stück. Das liegt daran, dass der Schlafzyklus eines Babys anders ist als bei uns Erwachsenen. Wie sieht ein solcher Zyklus aus? Was kann ich tun, um einem Säugling das Einschlafen zu erleichtern?

Diese und weitere Fragen rund ums Thema kindliches Schlafverhalten werden an diesem Abend bearbeitet.

Ort: Marienhaus Klinikum St. Elisabeth Saarlouis, Vorraum Aula 1. OG

Uhrzeit: 18:00 - 19:30 Uhr

Termin: 05.05.

Referentin: Ines Spies-Fritzen, Dipl.-Sozialpädagogin
Die Teilnahme ist kostenfrei.

Anmeldung: Kath. Familienbildungsstätte,

Telefon: 06831 43637, www.fbs-saarlouis.de

oder per E-Mail: elternschule.saar@marienhaus.de

Babyberatung

in Kooperation mit der Lebensberatung Saarlouis – Beratung für Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern im Alter von 0 - 3 Jahren.

Die entwicklungspsychologische Beratung fördert die elterliche Feinfühligkeit, stärkt die Eltern-Kind-Bindung und setzt an den Stärken und Fähigkeiten der Eltern an. Sie ist eine frühe Form der Erziehungsberatung und fördert so die Entwicklung des Kindes.

Beratungstermine in der Lebensberatung Saarlouis (Titzstraße 17, 66740 Saarlouis) können kurzfristig vereinbart werden.

Anmeldung unter Telefon: 06831 2577

oder Elternschule, Telefon: 06831 16-1540

Anmeldung zur Entbindungsplanung

Termin für die 35./36. SSW im Chefsekretariat vereinbaren.
Telefon: 06831 16-1501.

Kurse der Hebammenpraxis Lichtblick in Fraulautern

Kurse in der Schwangerschaft:
Geburtsvorbereitung, Yoga für Schwangere

Kurse nach der Geburt:
Rückbildungsgymnastik, Babymassage

Aktuelle Kurstermine, weitere Informationen und Anmeldung unter Telefon: 06831 4896571.

Kurse der Hebammenpraxis Hebammenhaus Saar in Wadgassen

Kurse in der Schwangerschaft:

Geburtsvorbereitung,
Fit in der Schwangerschaft – Schwangerschaftsgymnastik,
Yoga für Schwangere, Geschwister-Kurse,
Erste Hilfe am Kind – Tagesseminar

Kurse nach der Geburt:

Rückbildungsgymnastik, Babymassage,
Fit nach der Rückbildung – Mama bleibt fit,
Baby Fit(ness) – Spielkreis, Beikost-Kurs, Trageberatung,
Musikgarten – Das musikalische Elternkind – Konzept

Aktuelle Kurstermine, weitere Informationen und die Möglichkeit zur Onlineanmeldung unter:
www.hebamme-saarlouis.de oder
www.hebammenhaus-saar.de

Unsere Beleghebammen im Marienhausklinikum Saarlouis - Dillingen am Standort Saarlouis

(Betreuung vor, während und nach der Geburt)

Julia Bauer

Kontakt: www.hebamme-saarlouis.de

Conny Becker

Kontakt: 0171 8496258

Sandra Jost

Kontakt: 0179 3298355

Hannah Kiefer

Kontakt: 0162 2547677

Tamara Theisinger

Kontakt: 0152 08270796

Monika Werny-Schwanengel

Kontakt: 0163 2536539

Angebote unserer Elternschule 2020



Info-Abende rund um die Geburt...

...bieten wir Ihnen im Rahmen unserer Informations-Abende für werdende Eltern. Sie erhalten Informationen über den Ablauf der Geburt, über Schmerzbekämpfung während der Geburt und über die Versorgung des Neugeborenen. Fragen, Anregungen, Sorgen und Wünsche werden zu diesen und anderen Themenkomplexen gerne beantwortet oder besprochen. Anschließend ist eine Führung durch den Entbindungsbereich mit der Möglichkeit der Besichtigung der fünf Kreißsäle u.a. mit der Gebärwanne zur Wassergeburt vorgesehen. Ebenso besteht die Chance, die modernen Zweibettzimmer der Wöchnerinnenstation sowie Neugeborenenzimmer und Stillraum zu besuchen.

Ort: Marienhaus Klinikum St. Elisabeth Saarlouis, Vorraum Aula, 1. OG
Uhrzeit: montags, 19:00 Uhr
Termine: 06.01., 10.02., 02.03., 06.04., 04.05., 08.06., 06.07., 03.08., 07.09., 05.10., 02.11., 07.12.

Durch den kostenlosen Abend begleiten Sie unsere Chefarzte, die Leiterin der Elternschule sowie eine Hebamme. **Keine Anmeldung erforderlich.**

Säuglingspflegetermine

In diesem Kurs erhalten Sie wichtige Informationen, Anregungen, Hilfestellungen und Tipps für den Umgang mit dem Neugeborenen.

Ort: Marienhaus Klinikum St. Elisabeth Saarlouis, Vorraum Aula, 1. OG
Uhrzeit: montags, 18:30 - 21:30 Uhr
Termine: 13.01., 09.03., 11.05., 23.06., 24.08., 12.10., 16.11.
 Kursleiterin: Janina Balge-Fettes, Gesundheits- und Kinderkrankenschwester, IBCLC
 Kursgebühren: 30,- Euro/Abend, Paarpreis 40,- Euro/Abend
Anmeldung über die Elternschule per E-Mail: elternschule.saar@marienhaus.de oder Telefon: 06831 16-1540

Still-Infoabend

An diesem Abend erfahren Sie alles Wissenswerte rund um das Thema Stillen. Somit sind Sie bestens vorbereitet, wenn Ihr Baby zur Welt kommt. Gerne können Sie auch Ihren Partner mitbringen. Die Teilnahme ist kostenlos.

Ort: Marienhaus Klinikum St. Elisabeth Saarlouis, Vorraum Aula, 1. OG
Uhrzeit: donnerstags, 18:00 - 20:00 Uhr
Termine: 23.01., 27.02., 26.03., 30.04., 28.05., 25.06., 24.09., 29.10., 26.11., 10.12.
Ort: Seminarraum im 10. OG
Uhrzeit: donnerstags, 18:00 - 20:00 Uhr
Termin: 21.03.

Anmeldung über die Elternschule per E-Mail: elternschule.saar@marienhaus.de oder Telefon: 06831 16-1540

Erste Hilfe am Säugling

In diesem Kurs erhalten Sie wichtige Informationen zur Vorbeugung von Verletzungen, sowie konkrete Empfehlungen für das Handeln im Notfall.

Ort: Marienhaus Klinikum St. Elisabeth Saarlouis, Vorraum Aula, 1. OG
Uhrzeit: montags, 18:30 - 21:30 Uhr
Termine: 20.01., 17.02., 23.03., 20.04., 18.05., 22.06., 17.08., 21.09., 19.10., 09.11., 14.12.

Kursleiterin: Blandine Adams, Familienkinderkrankenschwester, Präventionstrainerin 1. Hilfe
 Kursgebühren: 30,- Euro/Abend, Paarpreis 40,- Euro/Abend
Anmeldung über die Elternschule per E-Mail: elternschule.saar@marienhaus.de oder Telefon: 06831 16-1540

Crash-Kurse zur Geburtsvorbereitung

Gerne frühe Anmeldung, Beginn ab der 24. SSW bereits möglich.

Ort: Werkstraße 3, 66763 Dillingen, **Achtung: Neuer Kursraum!**
 Der Zugang zum Kursraum erfolgt über die oberste Etage des Parkdecks. Er befindet sich neben der orthopädischen Praxis "Vitarium" und gegenüber der Zahnarztpraxis.
Uhrzeit: 10:00 - ca. 15:00 Uhr
Termine: auf Anfrage oder nach Bekanntgabe im Internet

Kursgebühren werden von der Krankenkasse übernommen. Kommt der Partner mit, entstehen Kosten von 50,- Euro für den Partner. Diese sind an dem Tag an die kursleitende Hebamme zu zahlen.

Anmeldung per E-Mail: elternschule.saar@marienhaus.de oder Telefon: 06831 16-1540

Rückbildungsgymnastik

Beginn: 6 bis 8 Wochen (bei Sectio 8 bis 10 Wochen) nach der Geburt. Zu diesem Kurs sind Babys herzlich willkommen.

Ort: Werkstraße 3, 66763 Dillingen, **Achtung: Neuer Kursraum!**
 Der Zugang zum Kursraum erfolgt über die oberste Etage des Parkdecks. Er befindet sich neben der orthopädischen Praxis "Vitarium" und gegenüber der Zahnarztpraxis.
Uhrzeit: 09:00 - 10:30 Uhr
Termine: auf Anfrage oder nach Bekanntgabe im Internet

Kursgebühren werden von der Krankenkasse übernommen.
Anmeldung per E-Mail: elternschule.saar@marienhaus.de oder Telefon: 06831 16-1540

Stillsprechstunde

Liebe Eltern, das Leben mit einem Neugeborenen wirft immer wieder neue Fragen auf und als frisch gebackene Eltern ist alles sehr spannend und abenteuerlich. Wir möchten Euch gerne auch nach der Entlassung aus dem Krankenhaus beim Stillen Eures Babys begleiten. Jeden **Mittwoch, vormittags von 11:00 bis 13:00 Uhr und nachmittags von 14:00 bis 16:00 Uhr**. Für eine gute Planung und um den Müttern ausreichend Zeit widmen zu können, wird um **vorherige Anmeldung gebeten** (Telefon: 06831 16-1540). Bitte Bürozeiten von 09:00 bis 13:00 Uhr beachten. **Eine Anmeldung ist auch per E-Mail möglich unter: elternschule.saar@marienhaus.de.**

Beikost

Babys brauchen in den ersten Lebensmonaten nur Milch (Stillen/Flasche), aber was kommt dann? In diesem Beikost-Kurs werden Sie so informiert, dass Sie kompetent und sicher in die Beikost starten können.

Ort: Marienhaus Klinikum St. Elisabeth Saarlouis, Vorraum Aula 1. OG
Uhrzeit: 10:00 - 12:00 Uhr
Termine: 20.03., 19.06., 18.09., 20.11.

Kursleiterin: Christina Willems-Rodighiero, Still- und Laktationsberaterin IBCLC, Gesundheits- und Kinderkrankenschwester
 Die Teilnahme ist kostenfrei.
 In Kooperation mit der Katholischen Familienbildungsstätte Saarlouis e.V.
Anmeldung per E-Mail: elternschule.saar@marienhaus.de oder Telefon: 06831 16-1540

Trageworkshop

Tragen ist praktisch und unterstützt die Entwicklung des Babys. In diesem Kurs werden verschiedene Bindetechniken gezeigt und ausprobiert. Gerne können Sie Ihr eigenes Tuch/Tragehilfe mitbringen und wir schauen gemeinsam, ob es/sie optimal eingestellt ist. Auch Schwangere dürfen schon kommen, um sich vorab bereits zu informieren.

Ort: Werkstraße 3, 66763 Dillingen, **Achtung: Neuer Kursraum!**
 Der Zugang zum Kursraum erfolgt über die oberste Etage des Parkdecks. Er befindet sich neben der orthopädischen Praxis "Vitarium" und gegenüber der Zahnarztpraxis.

Uhrzeit: 10:00 - 12:00 Uhr
Termine: 29.02., 06.06., 05.09., 19.12.
 Kursleiterin: Anna Anton
 Kursgebühren: 25,- Euro, Paarpreis 30,- Euro
Anmeldung per E-Mail: elternschule.saar@marienhaus.de oder direkt bei wickeln.tragen@aol.de oder Telefon: 06831 16-1540

Stoffwindelworkshop

In diesem Workshop lernen Sie alles Wissenswerte rund um die modernen Stoffwindeln. Neben einem Blick in das Wickeln von Neugeborenen und Babys zu Omas Zeiten und auch davor, erfahren Sie alles zu den verschiedenen Systemen, die es auf dem Markt gibt.

Ort: Werkstraße 3, 66763 Dillingen, **Achtung: Neuer Kursraum!**
 Der Zugang zum Kursraum erfolgt über die oberste Etage des Parkdecks. Er befindet sich neben der orthopädischen Praxis "Vitarium" und gegenüber der Zahnarztpraxis.

Uhrzeit: 12:30 - 14:30 Uhr
Termine: 29.02., 06.06., 05.09., 19.12.
 Kursleiterin: Anna Anton
 Kursgebühren: 25,- Euro, Paarpreis 30,- Euro
Anmeldung: per E-Mail: elternschule.saar@marienhaus.de oder direkt bei wickeln.tragen@aol.de oder Telefon: 06831 16-1540

Yoga in der Schwangerschaft

Yoga ist eine ideale Möglichkeit, um sich während der Schwangerschaft wohlfühlen und sich auf die bevorstehende Geburt vorzubereiten.

Ort: Werkstraße 3, 66763 Dillingen, **Achtung: Neuer Kursraum!**
 Der Zugang zum Kursraum erfolgt über die oberste Etage des Parkdecks. Er befindet sich neben der orthopädischen Praxis "Vitarium" und gegenüber der Zahnarztpraxis.

Uhrzeit: 17:30 - 18:45 Uhr
Termine: Beginn: 23.04.2020, 6 Wochen, 1 x pro Woche
 Kursleiterin: Eva Wetzel, Yogalehrerin BDY/EUY (BDY Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland e.V.)
 Kursgebühr: 66,- Euro
Anmeldung per E-Mail: ehemann13@aol.de oder elternschule.saar@marienhaus.de