

St. Franziskus-Hospital Ahlen
St. Vincenz-Gesellschaft mbH | Elternschule

Robert-Koch-Str. 55, 59227 Ahlen

Anmeldung und Information
Susann Mansbrügge (Leitung)

Tel.: 0 23 82 858 - 321 | Fax: 0 23 82 858 - 324
elternschule@sfn-ahlen.de
www.sfn-ahlen.de

ELTERNSCHULE



Zertifiziert nach den Regeln der
KTQ GmbH und der pro Cum Cert GmbH

ST. FRANZISKUS-HOSPITAL
AHLEN



Eine Einrichtung der St. Franziskus-Stiftung Münster

Liebe (werdende) Eltern,

seit vielen Jahren ist die Elternschule am St. Franziskus-Hospital Ahlen ein Ort der Begegnung für werdende Eltern, für Eltern mit Ihren Kindern und für die junge Familie. Besonders während der Schwangerschaft möchte man als werdende Eltern sehr gut vorbereitet werden, damit das eigene Kind während der Schwangerschaft und der Geburt optimal betreut und versorgt wird. In diesem wichtigen Abschnitt Ihres gemeinsamen Lebens und bei der Bewältigung dieser besonderen Herausforderung möchten wir Ihnen als Hebammen, Ärzte, Kinderkrankenschwestern, Sozialpädagoginnen und Physiotherapeutinnen unterstützend zur Seite stehen. In den vergangenen Jahren wurden unsere Angebote von vielen Schwangeren und (werdenden) Eltern genutzt, dafür möchten wir uns ganz herzlich bei Ihnen bedanken. Das Team der Elternschule hat für das Jahr 2012 mit viel Freude und Engagement erneut ein umfangreiches Angebot an Kursen und Veranstaltungen für Sie realisiert, das Sie in dieser Broschüre einsehen und auswählen können. Ergänzt wird das Programm durch neue Angebote wie zum Beispiel das Spatzennest, oder die Spezial – Akupunktur bei Schwangerschaftserbrechen.

Wir wünschen Ihnen für die verbleibenden Wochen Ihrer Schwangerschaft, bis zur Geburt Ihres Kindes und natürlich für die darauf folgende Elternzeit, alles Gute, Gesundheit für Mutter und Kind und eine frohe und glückliche Zeit als junge Familie.

Chefarzt Dr. med. Matthias Stamm

Facharzt für Frauenheilkunde und Geburtshilfe
Schwerpunkt gynäkologische Onkologie
Spezielle operative Gynäkologie

Sekretariat Frau Appel: Tel: 02382 858-433
gynaekologie@sfh-ahlen.de

Gynäkologische Ambulanz: Tel: 02382 858-323
Fax: 02382 858-322

Geburtshilfliche Station:

Tel: 02382 858-295 oder 02382 858-293, Fax: 02382 858-266

Kreisssaal: Tel: 02382 858-349

Elternschule: Tel: 02382 858-321, elternschule@sfh-ahlen.de



Inhaltsverzeichnis

| | |
|---|----|
| Vorwort | 2 |
| Inhaltsverzeichnis | 3 |
| Informationen | 4 |
| Einladung für werdende Eltern | 6 |
| Vorstellung in der gynäkologischen Ambulanz | 7 |
| Spezial-Akupunktur bei Hyperemesis gravidarum | 8 |
| Geburtsvorbereitende Akupunktur | 9 |
| Auf den Anfang kommt es an ... | 10 |
| Was Sie von uns Hebammen erwarten können ... | 11 |
| Fitness in der Schwangerschaft | 12 |
| Verein Sternenkinder | 13 |
| Wassergymnastik für Schwangere | 14 |
| Geburtsvorbereitung über 6 Abende | 16 |
| Intensiv-Geburtsvorbereitungskurs | 17 |
| Spatzennest – Babytreff | 18 |
| Erste Hilfe bei Säuglingen und Kleinkindern | 19 |
| Aquatrainning Postnatal | 20 |
| Rückbildungsgymnastik | 21 |
| EPB – Entwicklungspsychologische Beratung | 22 |
| Babymassage | 23 |
| PEKiP Prager-Eltern-Kind-Programm | 24 |
| Flohmarkt | 26 |
| Babyschwimmen | 28 |
| „Mit allen Sinnen spielen“ | 30 |
| Vorträge: Zuerst die Milch! Und wann der Brei? Übergang zur Familienkost | 32 |
| Kooperationspartner der Elternschule | 33 |
| Teilnahmebedingungen | 34 |
| Bürozeiten | 35 |

Geburtshilfe

In unserem nach modernsten Gesichtspunkten eingerichteten Kreißsaal werden jährlich ca. 900 Kinder geboren. Im Kreißsaal stehen den werdenden Müttern insgesamt vier unterschiedlich gestaltete Entbindungsräume zur Verfügung, die familienorientiert eingerichtet und von ihrer Ausstattung geeignet sind, jedweder medizinischen Notwendigkeit unter der Geburt gerecht zu werden. In zwei unserer Entbindungsräume ist die Unterwassergeburt möglich. Wir streben eine individuelle, familiengerechte Geburtshilfe an und fördern die individuellen Wünsche und Vorstellungen der werdenden Eltern.

Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter verfügen über eine Vielzahl von speziellen Qualifikationen (Homöopathie, Akupunktur, Aromatherapie etc.), die in Absprache und auf Wunsch der werdenden Mütter großzügig eingesetzt werden.

Die angeschlossene Kinderklinik verfügt über vier Neugeborenen-Intensivbetten, aufgrund der speziellen Ausbildung unserer Kinderärzte unter der Leitung von Chefarzt Herr Dr. med. Krüger werden in unserer Klinik Frühgeburten ab der 30. Schwangerschaftswoche und mit einem Geburtsgewicht über 1.000 g i.S. einer geburtshilflichen Schwerpunkt-klinik entbunden und betreut.



Auf der geburtshilflichen Station wird ein integratives Wochenbettkonzept mit der durchgehenden Betreuung durch Hebammen und Kinderkrankenschwestern realisiert. Wir fördern die frühzeitige Mutter-Kind-Bindung (Bonding, Rooming in), wemngleich ein großzügig gestaltetes Kinderzimmer den Müttern auch die Möglichkeit gibt, ihre Kinder von unserem Fachpersonal betreuen zu lassen.

Funktionell schließt sich der Station ein Untersuchungsbereich an, der vor den Türen des Kreißsaals liegt. Hier können sämtliche Untersuchungen und Kontrollen der Schwangeren und entbundenen Müttern durchgeführt werden. Die hochmoderne apparative Ausstattung und die fachliche Ausbildung unserer Ärzte ermöglichen auch eine weiterführende Diagnostik bei Problemfällen. Dem Kreißsaal angegliedert ist ein moderner, eigens für die Geburtshilfe zur Verfügung stehender Kaiserschnitt-OP-Raum.

Zwischen diesem Eingriffsraum und dem Kreißsaal befindet sich ein Kinder-Intensivzimmer mit zwei Beatmungsplätzen, wo jedwedes Risiko, das im Kreißsaal oder während eines Kaiserschnitts auf ein Neugeborenes zukommen kann, durch die Kinderärzte kompetent beherrscht werden kann.



Nach der Geburt erhalten Sie die Möglichkeit ein professionelles Fotoshooting von Ihrem Neugeborenen zu machen.

Die Bilder können Sie in der Online-Babygalerie unter www.sfh-ahlen.de veröffentlichen lassen.

Einladung für werdende Eltern

Die Geburt im St. Franziskus-Hospital Ahlen

Wir informieren Sie über:

- die Möglichkeiten, die Geburt Ihres Kindes im St. Franziskus-Hospital individuell zu gestalten
- das Wochenbett – die Zeit des Kennenlernens für Ihre junge Familie
- das Angebot unserer Kinderklinik – Sicherheit für Ihr Kind im Falle einer Frühgeburt oder bei Startschwierigkeiten

Anschließend laden wir Sie zu einem Rundgang durch die Kreißsäle und die Wochenstation ein.

Sollten Sie zu der vorgegebenen Zeit keine Möglichkeit haben, an der Kreißsaalbesichtigung teilzunehmen, können Sie unter der **Tel: 0 23 82 858 - 349** des Kreißsaales einen individuellen Termin vereinbaren.

TERMINE:

Jeden 1. Montag um 18.30 Uhr

ORT:

Cafeteria

REFERENT/IN:



Dr. med. Matthias Stamm
(Chefarzt der Frauenklinik)



Dr. med. Carsten Krüger
(Chefarzt der Klinik für Kinder und Jugendliche)



Hildegard Strothmann
(Hebamme)

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.
Es wird Ihnen ein kleiner Abendimbiss gereicht.
Fällt der 1. Montag auf einen Feiertag, so findet der Informationsabend am 2. Montag im Monat statt.

Vorstellung in der gynäkologischen Ambulanz

An jedem Montagvormittag in der Zeit von 9.00 bis 11.00 Uhr und jeden Donnerstagnachmittag in der Zeit von 13.00 bis 15.00 Uhr bieten wir Ihnen ein Vorstellungsgespräch bei einem unserer Fachärzte in der gynäkologischen Ambulanz an.

Dieses Gespräch beinhaltet folgende Schwerpunkte:

- bisheriger Verlauf der Schwangerschaft
- Ihre Fragen zu Geburt, Schmerztherapie, Wassergeburt u.s.w.
- Ihre persönlichen Wünsche bei der Entbindung
- eine umfassende Ultraschalluntersuchung

Die Vorstellung sollte zwischen der 34. und 36. Schwangerschaftswoche stattfinden.

Bitte lassen Sie sich rechtzeitig, d.h. ab ca. der 30. Schwangerschaftswoche einen Termin geben!

Mitzubringen sind Ihr Mutterpass, die Chipkarte Ihrer Krankenkasse und eine Überweisung Ihres Gynäkologen.

Fragen und Anmeldungen bitte direkt in der gynäkologischen Ambulanz unter der **Tel: 0 23 82 858 - 323**.

| | |
|-----------------------|-------------------|
| Montag – Freitag | 08.00 - 12.00 Uhr |
| Montag und Donnerstag | 13.30 - 17.00 Uhr |
| Dienstag | 13.30 - 16.00 Uhr |

Akupunktur bei Übelkeit und Schwangerschaftserbrechen (Hyperemesis gravidarum)

Übelkeit und Schwangerschaftserbrechen sind gerade zu Beginn einer Schwangerschaft körperliche und psychische Beeinträchtigungen, die den Tagesablauf und den Allgemeinzustand der Betroffenen stark belasten. Nicht selten stößt die Patientin auf Unverständnis und fühlt sich nicht ernst genommen.

Das Hebammenteam beobachtet dieses Phänomen schon seit langer Zeit und bietet ab sofort die

Akupunktur bei Hyperemesis gravidarum.

Die Akupunktur ist eine wirkungsvolle Form der traditionellen chinesischen Medizin und ein erfolgversprechender Therapieansatz. Die Beschwerden können innerhalb kurzer Zeit deutlich gebessert werden.

Dieses Serviceangebot der speziell dafür ausgebildeten Hebammen unseres Hauses ist kostenfrei. Die Therapie-dauer umfasst ca. 20 Minuten pro Besuch.

Spezial-Akupunktur bei Hyperemesis gravidarum

Termine: Montag, Mittwoch, Freitag

Kontakt und telefonische Terminvereinbarung immer montags von 9:00 Uhr bis 12:00 Uhr unter **02 382 8 58-295**.

Das Hebammenteam des St. Franziskus-Hospitals, Ahlen

Anja Brüggemann, Honorata Losch, Jolanthe Huster, Stephanie Gorschlüter (Hebammen mit Akupunkturausbildung)



Geburtsvorbereitende Akupunktur



Effekt der geburtsvorbereitenden Akupunktur:

- Verbesserung des Allgemeinbefindens
- schnellere Eröffnung des Muttermundes
- bessere Wehenkoordination
- weniger geburtseinleitende Maßnahmen notwendig
- Stärkung für das Wochenbett (Milchbildung, Kreislaufstabilität ...)
- ab der 36. SSW
- bei unkomplizierter Schwangerschaft
- einmal wöchentlich für 20 Minuten

TERMINE: Jeden Mittwoch 14.00 – 15.00 Uhr

ORT: Elternschule

LEITUNG: Astrid Wendt, Anja Brüggemann, Claudia Wolff von der Sahl, Jolanthe Huster (Hebammen mit Akupunkturausbildung)



GEBÜHR: pro Akupunktursitzung 10,- EUR

Wenn Sie sich zur Entbindung für unsere Klinik entscheiden, entfällt die Gebühr. Eine Anmeldung oder Überweisung ist nicht erforderlich.

Ab der 36. Schwangerschaftswoche können Sie mit der Akupunktur beginnen.

Wenn Sie weitere Fragen haben oder Informationen benötigen, rufen Sie uns an: **Tel: 0 23 82 858 - 349**.

Auf den Anfang kommt es an ...

... besonders interessant für werdende Eltern!

An zwei Abenden wollen wir uns mit folgenden Fragestellungen beschäftigen:

- Wie verstehe ich die Bedürfnisse und Körpersprache des Babys besser?
- Wie kann ich in schwierigen Situationen mit dem Baby umgehen?
- Welchen Schlafrhythmus haben Babys, welchen Sinn machen Einschlafhilfen und Rituale?

TERMINE: donnerstags 19.30 – 21.00 Uhr

Kurs-Nr. A01 22.03.2012 und 29.03.2012

Kurs-Nr. A02 14.06.2012 und 21.06.2012

Kurs-Nr. A03 08.11.2012 und 15.11.2012

ORT: Elternschule

LEITUNG:



Susann Mansbrügge
(Leiterin der Elternschule)

GEBÜHR: 12,- EUR



Was Sie von uns Hebammen erwarten können ...

Viel zu wenig ist bekannt, dass jede Frau mit Beginn ihrer Schwangerschaft bis einschließlich acht Wochen nach der Geburt einen gesetzlichen Anspruch auf Hebammenhilfe hat. Unabhängig von der Verweildauer im Krankenhaus betreuen wir die Wöchnerin im eigenen Heim. Die Betreuung kann über die gesamte Wochenbettzeit bis zu acht Wochen erfolgen, bei Bedarf auch länger.

Die Wochenbettbetreuung durch uns Hebammen beinhaltet:

- Anleitung und Förderung der Stillbeziehung
- Hilfe bei Stillproblemen
- Pflege der Brust und der Brustwarzen
- allgemeine Entwicklung des Kindes
- Abheilung des Nabels und Pflege des Neugeborenen
- Kontrolle von Wundheilung und Rückbildungsvorgängen bei der Mutter
- Anleitung zur Rückbildungsgymnastik
- Begleitung beim Übergang in die neue Elternschaft
- Aufarbeitung der Geburt

Die aktuelle Adressenliste der Nachsorgehebammen erfragen Sie bitte im Kreißaal unter

Tel: 0 23 82 858 - 349 oder in der Elternschule.



Fitness in der Schwangerschaft

Schwangerschaftsgymnastik

Die im Kurs angebotenen Übungen trainieren Haltung, Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer in der Zeit der Schwangerschaft. Es werden u. a. Übungen aus dem Pilates-Konzept angewandt. Außerdem tragen Atem- und Entspannungsübungen zum Wohlbefinden und zur Linderung von Schwangerschaftsbeschwerden bei.

TERMINE:

donnerstags, 18.00 – 19.00 Uhr
8 Treffen à 60 Minuten

| | |
|---------------|-------------------------|
| Kurs-Nr. SG01 | 12.01.2012 – 01.03.2012 |
| Kurs-Nr. SG02 | 08.03.2012 – 26.04.2012 |
| Kurs-Nr. SG03 | 03.05.2012 – 05.07.2012 |
| Kurs-Nr. SG04 | 30.08.2012 – 18.10.2012 |
| Kurs-Nr. SG05 | 25.10.2012 – 20.12.2012 |

ORT:

Gymnastikraum der Physiotherapie

LEITUNG:

Anja Krabus (Physiotherapeutin)

GEBÜHR:

60,- EUR

Eine Teilnahme ist ab der 20. SSW möglich!
Der Kurs ersetzt keinen Geburtsvorbereitungskurs.
Es können maximal 8 Frauen teilnehmen.



Verein Sternenkinder



Der Verein „Sternenkinder“ hat auf dem Westfriedhof eine Gedenkstätte errichten lassen, um Eltern einen Ort der Trauer zu geben.

Mütter, die in diesem Verein mitgearbeitet haben, begleiten auf Wunsch Eltern, die Ihr Kind durch Fehlgeburt, Totgeburt oder in der ersten Zeit nach der Geburt verloren haben.

Es sind betroffene Mütter, die zuhören, beraten und helfen, den Verlust zu verschmerzen.

Weitere Informationen erhalten Sie über www.sternenkinder-ahlen.de und über Frau Katrin Nächster, evangelische Krankenhaus-seelsorgerin am St. Franziskus-Hospital Ahlen.
Tel: 0 23 82 858 - 0 oder 0 23 81 88 127.

Wenn du bei Nacht den Himmel anschaust,
wird es Dir sein, als lachten alle Sterne,
weil ich auf einem von ihnen wohne,
weil ich auf einem von ihnen lache.
Du allein wirst Sterne haben, die lachen können.

(Antoine de Saint-Exupery, Der kleine Prinz)

Wassergymnastik für Schwangere

Ins Wasser einzutauchen bedeutet für die meisten Schwangeren nicht nur Erleichterung für den eigenen Körper, sondern sie fühlen sich mit ihrem ungeborenen Baby in besonderer Weise verbunden.

Inhalt des Kurses sind Wassergymnastik und Lockerungsübungen. Das warme Wasser erleichtert und hilft bei vielen schwangerschaftsbedingten Beschwerden.

Ziele:

- Lockerung und Entspannung der Muskulatur
- Entlastung des Rückens und der Gelenke
- Erhaltung der Beweglichkeit
- Anregung der Durchblutung
- Reduzierung von Wassereinlagerungen
- Kontaktaufnahme und Geselligkeit mit anderen Schwangeren

Bitte beachten Sie:

Vergewissern Sie sich bitte bei Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin, dass keine Bedenken gegen die Teilnahme bestehen, und legen Sie uns zur ersten Stunde eine Unbedenklichkeitsbescheinigung vor.

Es können maximal 7 Frauen teilnehmen.



TERMINE:

mittwochs, 16.00 – 17.00 Uhr

8 Treffen à 60 Minuten

| | |
|---------------|-------------------------|
| Kurs-Nr. WG01 | 25.01.2012 – 14.03.2012 |
| Kurs-Nr. WG02 | 21.03.2012 – 09.05.2012 |
| Kurs-Nr. WG03 | 16.05.2012 – 04.07.2012 |
| Kurs-Nr. WG04 | 11.07.2012 – 29.08.2012 |
| Kurs-Nr. WG05 | 05.09.2012 – 31.10.2012 |
| Kurs-Nr. WG06 | 07.11.2012 – 19.12.2012 |

donnerstags, 16.00 – 17.00 Uhr

8 Treffen à 60 Minuten

| | |
|---------------|-------------------------|
| Kurs-Nr. WG07 | 12.01.2012 – 01.03.2012 |
| Kurs-Nr. WG08 | 08.03.2012 – 26.04.2012 |
| Kurs-Nr. WG09 | 03.05.2012 – 05.07.2012 |
| Kurs-Nr. WG10 | 12.07.2012 – 30.08.2012 |
| Kurs-Nr. WG11 | 06.09.2012 – 25.10.2012 |
| Kurs-Nr. WG12 | 08.11.2012 – 20.12.2012 |

ORT:

Bewegungsbad der Physiotherapie

LEITUNG:

**Katharina Schulze-Rieping,
Bettina Kokot**

GEBÜHR:

65,- EUR

Buchen Sie die Kurse Wassergymnastik für Schwangere und Fitness in der Schwangerschaft im „Doppelpack“ für 115,- EUR.

Es gibt kein Alter, in dem alles so irrsinnig intensiv erlebt wird wie in der Kindheit. Wir Großen sollten uns daran erinnern wie das war.

(Astrid Lindgren)

Geburtsvorbereitung über 6 Abende

In diesem Kurs können sich Frauen auf die Geburt und auf die erste Zeit mit Ihrem Kind vorbereiten. Der Kurs ist so geplant, dass sich an drei Abenden die Frauen alleine treffen und an drei vorher bestimmten Abenden der Partner oder eine andere Begleitperson ebenfalls teilnimmt.

Kursinhalte: Informationen über den Verlauf der Schwangerschaft und der Geburt, Entspannungsübungen und Atemmuster, Massagen, Gebärpositionen, Wochenbett, Stillen, das Leben mit dem Neugeborenen.

Übrigens: Wenn Frauen aus dem Kurs nach der Geburt ihres Kindes gerne als Gruppe zusammenbleiben möchten, können wir dies bei der Planung der PEKiP-Gruppen entsprechend berücksichtigen!

TERMINE: montags, 19.00 – 21.15 Uhr

| | |
|--------------|-------------------------|
| Kurs-Nr. G01 | 27.02.2012 – 02.04.2012 |
| Kurs-Nr. G02 | 14.05.2012 – 25.06.2012 |
| Kurs-Nr. G03 | 23.07.2012 – 27.08.2012 |
| Kurs-Nr. G04 | 01.10.2012 – 05.11.2012 |

dienstags, 19.00 – 21.15 Uhr

| | |
|--------------|-------------------------|
| Kurs-Nr. G05 | 17.01.2012 – 21.02.2012 |
| Kurs-Nr. G06 | 03.04.2012 – 15.05.2012 |
| Kurs-Nr. G07 | 19.06.2012 – 24.07.2012 |
| Kurs-Nr. G08 | 28.08.2012 – 02.10.2012 |
| Kurs-Nr. G09 | 06.11.2012 – 11.12.2012 |

ORT: Elternschule

LEITUNG: Mandy Herkelmann, Jennifer Peckruhn, Vivien Stopka, Anna Sommer (Hebammen)



Die Gebühren für die Frau rechnet die Hebamme mit der Krankenkasse ab. Die Begleitperson zahlt 36,- EUR. Bitte bringen Sie Ihre Versicherungskarte mit.

Intensiv-Geburtsvorbereitungskurs

Kurs für Paare über zwei Abende

In diesem Kurs bekommen Sie in komprimierter Form alles, was Sie zum Thema Geburt wissen möchten. Im Gruppengespräch kann auf Ihre individuellen Fragen vertieft eingegangen werden; zudem werden praktische Übungen gezeigt, die Sie unter der Geburt zur Entspannung nutzen können.

TERMINE: montags und dienstags, 19.00 – 22.00 Uhr

| | |
|---------------|---------------------------|
| Kurs-Nr. IG01 | 23.01.2012 und 24.01.2012 |
| Kurs-Nr. IG02 | 12.03.2012 und 13.03.2012 |
| Kurs-Nr. IG03 | 18.06.2012 und 19.06.2012 |
| Kurs-Nr. IG04 | 10.09.2012 und 11.09.2012 |
| Kurs-Nr. IG05 | 12.11.2012 und 13.11.2012 |

ORT: Elternschule

LEITUNG:



Judith Gordon
(Hebamme)

Die Gebühren für die Frau rechnet die Hebamme mit der Krankenkasse ab. Die Begleitperson zahlt 30,- EUR. Die Krankenkassen übernehmen 72,- EUR für die Geburtsvorbereitungskurse.

Wer sagt, es gibt keine Wunder auf dieser Erde, hat noch nie die Geburt eines Kindes erlebt.
Wer sagt, Reichtum ist alles, hat noch nie ein Kind lächeln gesehen.
Wer sagt, dass diese Welt nicht mehr zu retten sei, hat vergessen, dass Kinder Hoffnung bedeuten.

(Verfasser unbekannt)

Spatzennest – Babytreff

In gemütlicher Runde möchten wir Sie bei Fragen rund um die Pflege und Ernährung von Babys und Kleinkindern unterstützen und bieten unsere Hilfe an:

Während der Schwangerschaft

- als Entscheidungshilfe für Muttermilch oder Flaschennahrung
- mit ersten Informationen zum Stillen wie Anlegetechnik, Milchbildung etc.

In der Babyphase

- bei allen Fragen rund um die Brust und das Baby
- Pflgetipps und Handling bei Stillproblemen oder Anlegeschwierigkeiten
- bei Fragen zur Nahrungszubereitung (Milch oder Brei)
- beim Übergang zur Kleinkindkost
- Tipps für den Schritt von der Milchnahrung (Brust oder Flasche) zum Brei und anschließend zur Familienkost
- Informationen zu den Entwicklungsphasen

TERMINE: montags von 14.00 – 15.00 Uhr

ORT: Elternschule

LEITUNG: Birgit Peters, Dorothee Villwock,
Steffi Gorschlüter
(Still- und Laktationsberaterinnen)



GEBÜHR: kostenlos

Nähere Informationen erhalten Sie über unsere Still-Hotline montags bis freitags von 12.00 bis 13.00 Uhr unter der **Telefonnummer: 0 23 82 85 82-95**.

Erste Hilfe bei Säuglingen und Kleinkindern

Häufig geraten Kinder in andere Notfallsituationen als Erwachsene, und oft sind auch andere Hilfsmaßnahmen notwendig.

In dieser Veranstaltung soll Einblick gegeben werden in die häufigsten Notfallsituationen mit Kindern, und wie man adäquat reagieren kann, z. B. bei Verletzungen, Verbrennungen, Verätzungen, Stürzen oder Verschlucken von Gegenständen. Es wird genügend Raum auch für individuelle Fragen bestehen.

TERMINE: donnerstags, 20.00 – 21.30 Uhr

Kurs-Nr. EH01 **Im Frühjahr** (bitte genauen Termin erfragen)

Kurs-Nr. EH02 **Im Herbst** (bitte genauen Termin erfragen)

ORT: Haupthaus, Auf der Empore, Raum 4

LEITUNG: Ärzte der Kinderklinik

GEBÜHR: 25,- EUR



Aquatrainig Postnatal

Die Methode des Aquatraining Postnatal verbindet die Rückbildungsgymnastik und das Aquatraining auf besondere Weise.

Kräftigungs- und Koordinationsübungen für die stärker beanspruchten Körperregionen während der Schwangerschaft (Rückenmuskulatur, Bauchmuskulatur, Beckenbodenmuskulatur) werden durch den hydrostatischen Druck des Wassers und den permanent vorhandenen Wasserwiderstand unterstützt. Gleichzeitig sorgt das warme Wasser für eine Spannungsregulierung der Muskulatur und fördert Durchblutung und Stoffwechsel der Haut.

Die Beschwerden nach der Schwangerschaft werden minimiert und die Entspannungsfähigkeit des Körpers gefördert.

TERMINE: **donnerstags, 15.00 – 16.00 Uhr**
10 Treffen à 60 Minuten

| | |
|-----------|--|
| RB-01 – A | 12.01.2012 – 15.03.2012 (Anmeldung ab dem 01.12.2012) |
| RB-01 – B | 29.03.2012 – 14.06.2012 (Anmeldung ab dem 16.03.2012) |
| RB-01 – C | 28.06.2012 – 30.08.2012 (Anmeldung ab dem 10.05.2012) |
| RB-01 – D | 13.09.2012 – 22.11.2012 (Anmeldung ab dem 02.08.2012) |

ORT: **Bewegungsbad der Physiotherapie**

GEBÜHR: **85,- EUR**

Die Anmeldung erfolgt bitte direkt bei thera-net:
Tel: 0 23 82 855-355.

Der Kurs findet nicht statt am: 17.05., 07.06. und 01.11.2012!

Die Kurse Aquatraining postnatal sind bei vielen Krankenkassen als Präventionskurs anerkannt!

Rückbildungsgymnastik

Geschafft! Schwangerschaft, Geburt und die ersten Wochen mit dem Kind sind vorbei. Es ist an der Zeit, das Baby einmal abzugeben, etwas für sich zu tun und Kontakte zu anderen Müttern zu knüpfen.

Im Kurs Rückbildungsgymnastik werden die Muskeln gestärkt, die während der Schwangerschaft und der Geburt besonders stark belastet waren. Dies ist vor allem der Beckenboden.

Beginnen können Sie mit dem Kurs ab der 6. Woche nach der Geburt ihres Kindes.

TERMINE: **Mittwochs, 19.00 – 20.00 Uhr**
8 Treffen à 60 Minuten

| | |
|---------------|-------------------------|
| Kurs-Nr. RG01 | 18.01.2012 – 07.03.2012 |
| Kurs-Nr. RG02 | 14.03.2012 – 02.05.2012 |
| Kurs-Nr. RG03 | 09.05.2012 – 27.06.2012 |
| Kurs-Nr. RG04 | 04.07.2012 – 22.08.2012 |
| Kurs-Nr. RG05 | 29.08.2012 – 24.10.2012 |
| Kurs-Nr. RG06 | 31.10.2012 – 19.12.2012 |

ORT: **Elternschule**

LEITUNG: **Mandy Herkelmann, Jennifer Peckruhn, Vivien Stopka, Judith Hegemann**
(Hebammen)



Bei regelmäßiger Teilnahme ersetzen die gesetzlichen Krankenkassen die Hebammengebühren.

Die Rückbildungsgymnastik muss spätestens bis 9 Monate nach der Geburt des Kindes abgeschlossen sein, da ansonsten die Krankenkassen nicht die Kursgebühr übernehmen!

Entwicklungspsychologische Beratung für Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern

Die Geburt eines Kindes bedeutet für alle große Veränderungen. Und manchmal ist es nicht leicht, Babys und Kleinkinder zu verstehen.

Ich unterstütze Sie, wenn

- Sie sich unsicher im Umgang mit ihrem Baby fühlen
- Ihr Baby schlecht einschläft, häufig aufwacht, sehr unruhig ist
- Ihr Kind häufig schreit und nur wenig isst bzw. trinkt
- Ihr Kind mit besonderen Belastungen zur Welt kam (Behinderung, Frühgeburt)
- Sie Fragen zur Erziehung und Entwicklung ihres Kindes haben

TERMINE:

Nach Vereinbarung, Tel. 0 23 82 858 - 321

ORT:

Elternschule

GEBÜHR:

auf Anfrage

LEITUNG:



Susann Mansbrügge
(Leiterin der Elternschule)

Die EPB kann Ihnen helfen:

- die Signale ihres Kindes besser wahrzunehmen und zu verstehen
- Vertrauen in ihre elterlichen Fähigkeiten zu entwickeln
- sicherer im Umgang mit ihrem Baby zu werden
- mehr Zufriedenheit für sich und Ihr Kind zu finden
- die Beziehung zu Ihrem Kind sicherer und entspannter zu gestalten

Babymassage

„Stell dir vor, deine Hände seien Pinsel. Du malst deine Liebe dem Kind auf den Rücken. Stell dir vor, deine Hände seien Blumen. Sie wiegen und tanzen im Wind. Stell dir vor, deine Hände spielen eine Melodie. Ein Liebeslied.“

Die erste Sprache, durch die wir uns mit unseren Kindern verständigen, ist die Berührung. Körperkontakt ist „Nahrung“ für unsere Kinder und trägt zur gesunden Entwicklung unserer Babys bei. Der Kurs lädt Mütter/Väter ein, mit ihren Kindern nicht nur in Worten zu kommunizieren, sondern im Hautkontakt liebevolle, zärtliche Zuneigung zu zeigen.

Die Gruppe besteht aus maximal vier bis sechs Teilnehmern mit ihren Babys ab der 7. Lebenswoche.

Sie lernen: Ganzkörpermassage für Babys, Massage gegen Blähungen/Koliken, Entspannungstechniken
Mitzubringen sind: Handtuch, Stoffwindel, leichte Kleidung für die Erwachsenen (25° Raumtemperatur)

TERMINE:

montags, 15.30 bis 16.30 Uhr (4 x)

| | |
|---------------|-------------------------|
| Kurs-Nr. BM01 | 09.01.2012 – 30.01.2012 |
| Kurs-Nr. BM02 | 27.02.2012 – 19.03.2012 |
| Kurs-Nr. BM03 | 16.04.2012 – 07.05.2012 |
| Kurs-Nr. BM04 | 04.06.2012 – 25.06.2012 |
| Kurs-Nr. BM05 | 27.08.2012 – 17.09.2012 |
| Kurs-Nr. BM06 | 22.10.2012 – 12.11.2012 |
| Kurs-Nr. BM07 | 19.11.2012 – 10.12.2012 |

ORT:

Elternschule

LEITUNG:

Hildegard Oldenburger

GEBÜHR:

25,- EUR

Für die Babymassage, PEKiP-Kurse und für das Babyschwimmen ist der Familiengutschein* einsetzbar.

* Der Familiengutschein im Wert von 40,- EUR wird Ihnen als Willkommensgeschenk bei der Geburt Ihres ersten Kindes über die Bürgermeister Ihrer Heimatgemeinde überreicht.

PEKiP

Prager-Eltern-Kind-Programm

PEKiP ist ein pädagogisches Konzept mit gesundheitsfördernder Wirkung. Diese Entwicklungsbegleitung erstreckt sich über das 1. Lebensjahr Ihres Babys hinaus bis zum sicheren Laufen. Sie erleben im spielerischen Umgang mit Ihrem Kind, wie Sie die natürlichen Bewegungsabläufe Ihres Kindes erkennen und wie Sie den Bewegungsdrang Ihres Kindes gezielt mit Sinnes-, Bewegungs- und Spielanregungen unterstützen können. Dabei steht jedes einzelne Baby mit seiner individuellen Entwicklung und seinen Bedürfnissen im Vordergrund. Sie können beobachten, wie Ihr Kind aus eigener Initiative spielt und lernt.

Unsere Kursräume sind stets gut aufgewärmt, sodass Sie Ihr Baby nackt ausziehen können. Babys spielen und bewegen sich so viel intensiver. Ihr Baby macht erste Kontakterfahrungen mit Gleichaltrigen. Es ist faszinierend zu erleben, wie bereits wenige Wochen alte Kinder auf andere Babys reagieren.



Sie als Eltern haben die Möglichkeit, andere Eltern kennenzulernen und neue Kontakte zu schließen. In einer vertrauten Runde können Sie Erfahrungen austauschen. Ihre Kursleiterin ist Ansprechpartnerin für alle Fragen rund um das Leben mit dem Baby und gibt Informationen zu Themen wie Ernährung, Schlafen und Entwicklung des Babys.

Beim Spielen kann man in einer Stunde einen Menschen besser kennenlernen, als wenn man sich ein Jahr mit ihm unterhält.

(Platon, Philosoph)



Fachlicher Hintergrund

Unsere langjährigen zertifizierten PEKiP-Kursleiterinnen sind Diplom-Sozialpädagoginnen bzw. Diplom-Pädagoginnen. Regelmäßige Fortbildungen garantieren den Qualitätsanspruch der PEKiP-Gruppenarbeit.

Neben den PEKiP-Grundsätzen hat uns die Kleinkindpädagogik der ungarischen Kinderärztin Emmi Pikler beeinflusst, die in besonderer Weise das kleine Kind und seinen Wunsch achtet, aus eigener Kraft und nach eigenem Rhythmus sich und die Welt zu entdecken.

Außerdem sind wir der Überzeugung, dass eine sichere und liebevolle Eltern-Kind-Bindung für die weitere Entwicklung des Kindes von großer Wichtigkeit ist.

Baby Trödel des St. Franziskus-Hospitals

Ein Flohmarkt „Rund ums Baby“ von Eltern für Eltern

Verkauft werden: Babybekleidung bis Größe 92, Spielzeug, Bücher, Umstandsbekleidung und vieles mehr.

TERMINE:

14. April und 20. Oktober 2012
von 14.00 – 16.00 Uhr

ORT:

Foyer der Krankenpflegeschule

GEBÜHR:

Pro Verkaufsmeter wird eine geringe Standgebühr erhoben.



Zum Anmeldeverfahren

Eine Teilnahme an PEKiP-Kursen ist ab der 6. Lebenswoche ihres Kindes möglich. Die Kurse werden nach dem Alter der Kinder zusammengestellt. Zu einer Gruppe gehören 8 Erwachsene und 8 Babys. Wenn möglich soll die Gruppe bis zum freien Laufen aller Kinder zusammenbleiben.

Mit Ausnahme der Schulferien finden unsere Kurse wöchentlich von **9.30 bis 11.00 Uhr und donnerstags von 15.30 bis 17.00 Uhr** für jeweils 90 Minuten statt. Eine Aufnahme in bestehende Kurse ist nur möglich, wenn Plätze wieder frei geworden sind.

Da wir zwei Räume zur Verfügung haben, können vormittags parallel zwei Kurse angeboten werden. In der Regel finden 8 - 10 Kurse wöchentlich statt. Ein Kurs über 10 Treffen kostet 60,- EUR.

Zur besseren Planung bitten wir um eine rechtzeitige Anmeldung.

LEITUNG: Susann Mansbrügge, Hildegard Oldenburger, Martina Koppstein, Elke Herdina



Babyschwimmen

Das „Schwimmen“ mit Babys beinhaltet spielerische Übungen im Wasser zur Wassergewöhnung und zur frühzeitigen Bewegungsförderung. Im Vordergrund steht die Freude des Kindes, sich in dem Element Wasser frei zu bewegen, den eigenen Aktionsradius zu erweitern, engen Körperkontakt zu den Eltern zu haben und andere Kinder und Eltern kennen zu lernen.

Außerdem wird beim „Schwimmen“ die Gesamtmuskulatur des Kindes gestärkt und die Entwicklung des Gleichgewichtssinnes unterstützt. Ein Babyschwimmkurs ist keine Schwimmschule. Hauptsächliches Ziel ist es, den Bewegungsanreiz des Wassers zu nutzen. Dies ermöglichen wir durch das Vermitteln verschiedener Haltegriffe mit entsprechenden Bewegungsmöglichkeiten, durch gemeinsame Spiele aller Kursteilnehmer und gegebenenfalls durch gemeinsames Tauchen von Mutter/Vater und Kind.

Das Babyschwimmen ist geeignet für Babys ab dem 3. Lebensmonat. Doch auch wenn Ihr Kind bereits etwas älter ist, bietet das Wasser ihm eine optimale Entwicklungsunterstützung.

Die Wassertemperatur liegt bei 33 Grad. Das Bewegungsbad hat eine Wassertiefe von 1,35 m.

Die Kurse werden nach dem Alter der Kinder zusammengestellt. Wir beginnen mit einem Anfängerkurs. Daran können sich weitere Kurse anschließen, sodass Sie mit Ihrem Kind bis zu seinem 2. Geburtstag am Babyschwimmen bzw. dann Kleinkindschwimmen teilnehmen können, sofern noch freie Plätze vorhanden sind.

Mitzubringen ist eine Schwimmpampers bzw. eine eng am Bein des Kindes ansitzende Babybadehose.

TERMINE: 8 Treffen à 60 Minuten

In dieser Zeit ist das An- und Ausziehen erhalten.

montags 11.00 – 12.00 Uhr + 15.00 – 16.00 Uhr

dienstags 11.00 – 12.00 Uhr + 15.00 – 16.00 Uhr

mittwochs 11.00 – 12.00 Uhr

17.00 – 18.00 Uhr (Väter-Baby-Schwimmen)

donnerstags 11.00 – 12.00 Uhr

17.00 – 18.00 Uhr (Väter-Baby-Schwimmen)

freitags 11.00 – 12.00 Uhr

samstags 09.00 – 10.00 Uhr (12 – 24 Monate)

10.00 – 11.00 Uhr (7 – 12 Monate)

11.00 – 12.00 Uhr (4 – 6 Monate)

Gemischter Kurs, d. h. Vater und Mutter können sich beim Schwimmen abwechseln

ORT: Bewegungsbad der Physiotherapie

LEITUNG: Dorothee Wilshaus, Katrin Ringelkamp, Hildegard Oldenburger, Katharina Schulze-Rieping, Bettina Kokot, Anja Krabus

GEBÜHR: 60,- EUR

Bitte erfragen Sie die genaue Kurseinteilung in der Elternschule unter der Tel: 0 23 82 858 - 321.



„Mit allen Sinnen spielen“

Nach der PEKiP-Zeit, d.h. ab ca. 13 Monaten

Kinder sind von Natur aus neugierig. Sie wollen ihre Umgebung mit allen Sinnen erkunden, wollen sich bewegen, toben, singen, spielen. Sie suchen spannende Herausforderungen, an denen sie wachsen können. In einem vorbereiteten Raum lädt ausgewähltes Material zum Ausprobieren und Erforschen ein. Jedes Kind kann, seinem eigenen Entwicklungstempo entsprechend, sich ausprobieren und experimentieren.

Die Eltern und die Kursleiterin begleiten das Kind dabei respektvoll und bringen ihm Geduld, Gelassenheit und Vertrauen entgegen, so können die Kinder Selbstbewusstsein entwickeln. Ihr Kind kann soziale Erfahrungen mit Gleichaltrigen erleben. Die überschaubare Gruppengröße von maximal 10 Kindern gibt den Kindern zusätzliche Sicherheit.



TERMINE: dienstags von
16.00 – 17.30 Uhr

LEITUNG: Doris Binder
(Ergotherapeutin)



TERMINE: mittwochs von
16.00 – 17.30 Uhr

LEITUNG: Katrin Geers
(Erzieherin)



TERMINE: donnerstags von
16.00 – 17.30 Uhr

LEITUNG: Susann Mansbrügge
(Leiterin d. Elternschule)



TERMINE: freitags von
09.30 – 11.00 Uhr

LEITUNG: Martina Koppenstein
(Dipl. Pädagogin)

ORT: Elternschule

GEBÜHR: 50,- EUR (10 Treffen)



Mit Ausnahme der Schulferien finden unsere Kurse wöchentlich für 90 Minuten statt. Die Gruppen werden nach dem Alter der Kinder zusammengestellt.

Es ist das Spiel, und nur das Spiel,
das den Menschen vollständig macht.

(Johann Christoph von Schiller)

Vorträge in der Elternschule

Zuerst die Milch! Und wann der Brei?

Einführung der Beikost ab dem 6. – 7. Lebensmonat

In den ersten 5 Lebensmonaten sind Muttermilch oder Flaschenmilch die beste Nahrung für das Baby. Viele Eltern sind verunsichert, wie es nach der Milchnahrung mit der Ernährung ihres Kindes weitergehen soll.

An diesem Abend wollen wir klären, wie und in welchem Zeitrahmen Milchmahlzeiten ersetzt werden können, ein Ernährungsplan für das 1. Lebensjahr aussieht, Vor- und Nachteile von selbst zubereiteter Beikost oder von Fertigprodukten aus dem Handel ansprechen und darüber informieren, wie ein Kind mit Allergierisiko ernährt werden muss.

TERMINE: montags, 19.30 bis 21.45 Uhr

| | |
|--------------|------------|
| Kurs-Nr. V01 | 06.02.2012 |
| Kurs-Nr. V02 | 25.06.2012 |
| Kurs-Nr. V03 | 24.09.2012 |

An dem Abend werden einzelne Breie frisch zubereitet und gekocht. Eltern erhalten ein Skript zum Mitnehmen.

Übergang zur Familienkost

Ab dem 10. Lebensmonat wird das Kind langsam an die Familienkost herangeführt. An diesem Abend wollen wir klären, wie eine ausgewogene Ernährung für Kleinkinder aussehen sollte und wie diese zubereitet werden kann, ob Kinder spezielle Kindernahrungsprodukte benötigen und wie Essgewohnheiten entstehen.

TERMINE: montags, 19.30 bis 21.45 Uhr

| | |
|--------------|------------|
| Kurs-Nr. V04 | 27.02.2012 |
| Kurs-Nr. V05 | 02.07.2012 |
| Kurs-Nr. V06 | 08.10.2012 |

REFERENTIN: **Petra Suer-Meiners**
(Diplom-Ökotrophologin)



GEBÜHR: **pro Vortrag 8,- EUR**

Eltern erhalten ein Skript zum Mitnehmen.

Kooperationspartner der Elternschule

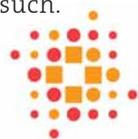
Familienbildungsstätte Ahlen

Die Familienbildungsstätte Ahlen ist eine staatlich anerkannte Einrichtung der Erwachsenen- und Familienbildung und ein anerkannter freier Träger der Jugendhilfe. Ihren Arbeitsschwerpunkt sieht sie in der Begleitung, Förderung, Bildung und Unterstützung von Familien in unterschiedlichsten Lebensformen und Lebenslagen. Durch unsere Arbeit mit qualifizierten Kursleiterinnen und Kursleitern tragen wir dazu bei, dass Familienleben gelingen kann.

Für Familien bieten wir verschiedene Angebote:

- PEKiP-Gruppen
- Eltern-Baby-Treff
- Kurse zum Bereich babysignal© als einziger Anbieter in der Region
- Eltern-Kind-Gruppen
- Spieltreffs zur Loslösung zwischen Elternhaus und Kindergarten
- Vorträge und Veranstaltungen zu Erziehungsfragen
- Bewegungsangebote für Eltern und Kinder
- Elternkurse nach den Konzepten „Auf den Anfang kommt es an“ und „Starke Eltern, starke Kinder©“
- Angebote für Kinder und Jugendliche
- Angebote speziell für Väter und Kinder
- Vorträge und Seminare aus dem Bereich der Gesundheitsbildung
- Kreativangebote

Wir laden Familien, Mütter, Väter, Kinder ein, uns und unsere Arbeit kennenzulernen. Kommen Sie vorbei oder informieren Sie durch unsere Homepage im Internet über unser vielfältiges Angebot. Wir beraten Sie gerne und gehen auf Ihre Wünsche ein. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.



**Familienbildungsstätte
Ahlen**

Katholisches Bildungsforum

Klosterstr. 10 a • 59227 Ahlen
Telefon: 0 23 82 91 23 0 • Fax: 91 23 17
E-Mail: fbs-ahlen.de • www.fbs-ahlen.de

Teilnahmebedingungen

1. Anmeldung

Für die meisten Veranstaltungen (Ausnahmen: „Die Geburt im St. Franziskus-Hospital“ und „Geburtsvorbereitende Akupunktur“) ist eine Anmeldung erforderlich. Sie können sich persönlich, telefonisch, schriftlich oder per E-Mail anmelden. **E-Mail: elternschule@sfh-ahlen.de**

Mit der Aufnahme Ihrer Personalien ist Ihre Anmeldung verbindlich und die Kursgebühr somit fällig. Zudem dokumentieren Sie mit Ihrer Anmeldung die Anerkennung unserer Teilnahmebedingungen. Eine Anmeldebestätigung (Ausnahmen: PEKiP-Gruppe und Geburtsvorbereitungskurse) erhalten Sie nicht. Sollte ein Kurs ausfallen oder die Teilnehmerinnenzahl überschritten sein, werden Sie von uns benachrichtigt.

2. Kursgebühr

Sie können die Kursgebühr per Überweisung unter Angabe des Verwendungszweckes bis spätestens 14 Tage vor Kursbeginn auf das Konto 208 bei der Sparkasse Münsterland-Ost, BLZ 40050150 überweisen.

Aufgrund der gestiegenen Kosten müssen wir bei manchen Kursen leider die Preise anheben.

Für die PEKiP-Kurse und für das Babyschwimmen ist der Familiengutschein* einsetzbar.

3. Rücktritt

Abmelden können Sie sich bis eine Woche vor Kursbeginn. Erfolgt der Rücktritt zu einem späteren Zeitpunkt und es ist keine Ersatzperson zur Verfügung, fallen die vollen Kursgebühren an.

4. Rückerstattung

Sollte Ihnen aufgrund vorzeitiger Geburt Ihres Kindes die Kursteilnahme nicht bis zum Ende des Kurses möglich sein, so erhalten Sie auf Anfrage die anteiligen Kursgebühren erstattet.

* Der Familiengutschein im Wert von 40,- EUR wird Ihnen als Willkommensgeschenk bei der Geburt Ihres ersten Kindes über die Bürgermeister Ihrer Heimatgemeinde überreicht.

5. Veranstaltungsort

Sofern es nicht anders angegeben ist, finden sämtliche Veranstaltungen in den Räumen der Elternschule statt.

6. Haftung

Die Teilnahme an den Kursen erfolgt auf eigene Gefahr. Die St. Vincenz-Gesellschaft übernimmt für Schäden, Verluste und Unfälle keine Haftung.

7. Gebührenermäßigung

Inhaber/innen der vom Sozialamt der Stadt Ahlen ausgestellten Familienkarte oder des Vergünstigungsausweises, zahlen die Hälfte der Kursgebühren, sofern die finanziellen Mittel der Stadt Ahlen zur Verfügung stehen.

8. Bildungsgutschein

Familien mit geringem Einkommen können sich in der Elternschule über das Bildungspaket informieren. Es besteht die Möglichkeit, monatlich einen Zuschuss in Höhe von bis zu 10,- EUR, zu beantragen.

Bürozeiten

Das Büro der Elternschule ist für Sie geöffnet:

Montag bis Freitag 8.00 - 9.30 Uhr.

Sie erreichen uns telefonisch unter: Tel. 0 23 82 858 - 321
In der übrigen Zeit ist ein Anrufbeantworter geschaltet.

Wenn Sie für uns eine Nachricht hinterlassen, melden wir uns bei Ihnen in Kürze. Oder Sie benachrichtigen uns per E-Mail (elternschule@sfh-ahlen.de).

In den Osterferien (01.04.2012 - 11.04.2012), in den Schulsommerferien (09.07.2012 - 21.08.2012) und in den Herbstferien (08.10.2012 - 20.10.2012) haben wir eingeschränkte Bürozeiten.

Sie erreichen uns dann: dienstags und mittwochs von 8.30 bis 9.30 Uhr, dienstags und donnerstags von 14.30 bis 15.30 Uhr.

In den Weihnachtsferien ist das Büro der Elternschule vom 20.12.2012 bis zum 04.01.2013 geschlossen.

Hiermit melde ich mich unter Anerkennung der Teilnahmebedingungen der Elternschule zu folgenden Kursen an:

Kurstitel/-Nr.

Kurstitel/-Nr.

Kurstitel/-Nr.

Name Vorname

Name des Kindes Geb.-Datum Entbindungstermin

Straße PLZ Ort

Telefon E-Mail

- Ich möchte meinen Familiengutschein einlösen
- Ich überweise die Kursgebühr an das St. Franziskus-Hospital
(KTO 208 | BLZ 40050150 | Sparkasse Münsterland Ost)

Datum / Unterschrift

Tel.: 0 23 82 85 83 21 | Fax: 0 23 82 85 83 24 | elternschule@sfh-ahlen.de

ANMELDUNG

