



KURSPROGRAMM 2013

Geburtshaus
Holzheim 
wunderbar gebor(g)en



Das im Ortskern von Holzheim liegende Geburtshaus wurde 2002 gegründet und bietet zusammen mit der angeschlossenen Hebammenpraxis neben dem in diesem Heft aufgeführten Kursangebot u.a. folgende Hebammenleistungen an:

- **Schwangerenvorsorge** nach den Mutterschaftsrichtlinien ergänzend oder alternativ zu den herkömmlichen Vorsorgeuntersuchungen Ihres Frauenarztes ohne pränatal diagnostische Untersuchungen.
- **Hilfe bei Schwangerschaftsbeschwerden** unter Einbeziehung komplementärmedizinischer Verfahren.
- **„Haptonomische Paarbegleitung“** vor der Geburt zum Aufbau eines sich gegenseitig bestätigenden Kontakt der Eltern zum ungeborenen Kind. Spezielles Verfahren aus den Niederlanden.
- **Hebammengeleitete ambulante Geburtshilfe** in 2:1 Betreuung zu Hause oder in den Räumen des Geburtshauses, wenn eine normale spontane Geburt zu erwarten ist.
- **Hebammenbegleitung (1:1) in unserer Kooperationsklinik** der Region unter ärztlicher Leitung, wenn ärztliche Behandlung erforderlich oder gewünscht ist.
- **Geburtshilfe im Hebammengeleiteten Kreißsaal** in 1:1 Betreuung im Krankenhaus ohne ärztliche Präsenz, wenn eine normale, spontane Geburt zu erwarten ist.
- **Aufsuchende Wochenbettbetreuung**
- Sicherstellung der erforderlichen **Früherkennungsuntersuchungen** auf angeborene Erkrankungen des Stoffwechsels und der Hormone, sowie Hörstörungen.

- **Kinderbetreuungsangebote** während der Teilnahme an Kursen



Das Geburtshaus Holzheim ist als Hebammengeleitete Einrichtung nach § 134 a SGBV Vertragspartner der gesetzlichen Krankenkassen und erfüllt die Anforderungen einer **DIN ISO 9001:2008 Zertifizierung für die Bereiche Betreuung in der Schwangerschaft, Hebammengeleitete Geburtshilfe, Wochenbett, Kursangebote.**

Unser Einzugsgebiet umfasst neben Pohlheim die Stadt und den Landkreis Gießen, das Hüttenberger Land, die Wetterau und Teile des Vogelsberges.

Weitere Informationen zu unseren Leistungen und aktuellen Zusatzangeboten erhalten Sie auf unserer Website unter: **www.geburtshaus-holzheim.de**

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Durchblättern, Buchen und natürlich beim Besuch der Kurse.

Hinweis: Änderungen des Kursprogrammes sind dem Veranstalter vorbehalten.
Preise gültig ab 01.01.2013



Unser PLUS für Sie

Kinderbetreuung

Um Ihren Aufenthalt so angenehm wie möglich zu gestalten, bieten wir auf Wunsch während der Kurszeiten eine Betreuung Ihrer Kinder im Alter bis zu 10 Jahren an.

Im Kursprogramm sind Angebote mit Kinderbetreuung mit dem Symbol **KIDS+** gekennzeichnet.

KIDS+

Die Kosten hierfür betragen 4,00 EUR pro Kind und Teilnahme.
Betreuung: Sabine Wahler, Sabrina Heinz, Sylvana Bukschat

Kursangebote vor der Geburt

Geburtsvorbereitung

Vermittelt neben Wissenswertem über die Veränderungen in der Schwangerschaft und dem Geburtsvorgang Übungen zur Entspannung und Körperwahrnehmung.

Geburtsvorbereitung für Paare

Mittwoch, 16.01.2013 - 27.02.2013 GVP 0113

Mittwoch, 10.04.2013 - 29.05.2013 GVP 0213

Mittwoch, 21.08.2013 - 02.10.2013 GVP 0313

Mittwoch, 30.10.2013 - 11.12.2013 GVP 0413

jeweils 20:00 - 22:00 Uhr

Bei Bedarf, zusätzliche Termine montags abends.

Kosten für die Frau: Abrechnung mit der Krankenkasse, für den Partner: 80,00 EUR; Bei SelbstzahlerInnen vorherige Abklärung der Kostenübernahme empfohlen.

Leitung: Hebammen Julia Stoffer und Elke Aigner (freie Mitarbeiterin)

Geburtsvorbereitung für Paare KOMPAKT

01. und 02.03.2013 GVW 0113

07. und 08.06.2013 GVW 0213

09. und 10.08.2013 GVW 0313

08. und 09.11.2013 GVW 0413

Freitag 19:00 - 22:00 Uhr

Samstag 09:30 - 17:00 Uhr

Kosten: 80,00 EUR

Leitung: Hebamme Julia Stoffer und Elke Aigner (freie Mitarbeiterin)

Vorbereitung für Großeltern

Dieser Kurs soll die Vorfreude auf das Enkelkind durch die Vermittlung neuer Erkenntnisse beim Stillen, Schlafen, Tragen und Pflegen des Kindes unterstreichen und zwischen Erfahrungen der Großeltern und den Erwartungen werdender Eltern vermitteln.

Samstag, 13.04.2013 09:00 - 14:30 Uhr GVS 0113

Samstag, 21.09.2013 09:00 - 14:30 Uhr GVS 0213

Kosten: 45,00 EUR

Leitung: Hebamme Julia Stoffer



Geschwistertag

Als große Schwester und großer Bruder hat man natürlich viele Fragen und selbstverständlich will man ja auch auf das kleine Geschwisterchen ganz toll aufpassen. Damit das auch gelingt, wird den kleinen Großen ganz viel erklärt.

Samstag, 16.03.2013 09:30 - 12:30 Uhr GST 0113

Samstag, 06.07.2013 09:30 - 12:30 Uhr GST 0213

Samstag, 23.11.2013 09:30 - 12:30 Uhr GST 0313

Kosten: 25,00 EUR

Leitung: Hebamme Julia Stoffer

Fit & entspannte Geburtsvorbereitung für Frauen

Geburtsvorbereitende Inhalte mit Wellness-Gymnastik, Übungen zur Körperwahrnehmungen und Tiefenentspannung. Austausch mit Frauen, die bereits Kinder geboren haben.

Donnerstag, 24.01.2013 - 07.03.2013 FES 0113

Donnerstag, 16.05.2013 - 04.07.2013 FES 0213

Donnerstag, 29.08.2013 - 17.10.2013 FES 0313

jeweils 19:30 - 21:30 Uhr

Kosten: 80,00 EUR; ggf. als Geburtsvorbereitungskurs gegenüber der Krankenkasse abrechenbar

Leitung: Hebammen Julia Stoffer und Michaela Tapp (freie Mitarbeiterin)



Fitness in der Schwangerschaft

Yoga in der Schwangerschaft

Gezielte Körper- und Atemübungen aus dem Kundalini Yoga bereiten auf die Geburt vor.

Dienstag, 22.01.2013 - 12.03.2013 YOG 0113
 Dienstag, 09.04.2013 - 28.05.2013 YOG 0213
 Dienstag, 02.07.2013 - 13.08.2013 YOG 0313
 Dienstag, 29.10.2013 - 10.12.2013 YOG 0413
 jeweils 19:00-20:30 Uhr

Kosten: 75,00 EUR bzw. Erstattungsmöglichkeiten bei Ihrer Krankenkasse erfragen.

Leitung: Hebamme und Kundalini-Yogalehrerin Elke Aigner (freie Mitarbeiterin)

Aquafit & Relax

Gesundheit und Wellness für werdende Mütter und andere Frauen in einzigartigem Wasser. Genießen Sie die entspannende Wirkung von 36°C warmen, brusttiefen Thermalwassers.

Kräftigen Sie ihren Körper mit leichten Übungen zur Musik und entlasten Sie in der Schwerelosigkeit Muskulatur und Gelenke. Verweilen Sie anschließend kurzzeitig in der Saunawelt der Therme am Park. Nähere Informationen zu Therme und Sauna erhalten Sie unter <http://www.therme-am-park.de>.

Montag, 25.02.2013 - 15.04.2013 20:00 - 20:30 Uhr AQA 0113
 Montag, 14.10.2013 - 25.11.2013 20:00 - 20:30 Uhr AQA 0213

Kosten: 75,00 EUR inkl. Eintritt und Kurzweil in der Saunalandschaft

Ort: Therme am Park Bad Nauheim,

Kostenpflichtige Parkmöglichkeit vor Ort

Leitung: Physiotherapeutinnen, Pilates- & Aquafitnesstrainerinnen
 Nina Rohm und Katharina Meisemann (freie Mitarbeiterinnen)

Vorfreude aktiv genießen

Kreativnachmittag für Frauen

– Bauchkunst „Belly Art“

Eine kreative Reise zum Baby. Wir platzieren den Schwangerenbauch durch Gipsabdrucktechnik. Und gestalten ihn mit Farbe und anderen Materialien. Gemeinsam tasten wir uns an den gewachsenen Körper heran. Durch einfache Übungen stellen wir intensiven Kontakt zum Kind her. Ein bleibender Eindruck der Ausdruck wird.

Bitte Hinweis auf unserer Website beachten.

Leitung: Katja Niebuhr, freie Künstlerin und Sozialpädagogin (freie Mitarbeiterin)

Kursangebote nach der Geburt und später Wohlfühlen im eigenen Körper

Rückbildungsgymnastik – Vormittag

Unterstützt die physiologischen Rückbildungsvorgänge durch aktive Übungen und Entspannung. (frühestens 6 Wochen nach der Geburt)

Montag,	14.01.2013 - 04.03.2013	10:30 - 11:45 Uhr	RBV 0113
Montag,	08.04.2013 - 03.06.2013	10:30 - 11:45 Uhr	RBV 0213
Montag,	01.07.2013 - 19.08.2013	10:30 - 11:45 Uhr	RBV 0313
Montag,	07.10.2013 - 25.11.2013	10:30 - 11:45 Uhr	RBV 0413

Bei Bedarf zusätzliche Termine Donnerstag vormittags möglich.
Kosten: Abrechnung mit der Krankenkasse; bei Selbstzahlerinnen vorherige Abklärung der Kostenübernahme empfohlen.
Leitung: Hebamme Michaela Tapp (freie Mitarbeiterin)

Rückbildungsgymnastik – Abend

Unterstützt die physiologischen Rückbildungsvorgänge durch aktive Übungen und Entspannung. (frühestens 6 Wochen nach der Geburt)

Mittwoch,	16.01.2013 - 06.03.2013	17:00 - 18:15 Uhr	RBA 0113
Mittwoch,	10.04.2013 - 05.06.2013	17:00 - 18:15 Uhr	RBA 0213
Mittwoch,	09.10.2013 - 27.11.2013	17:00 - 18:15 Uhr	RBA 0313

Bei Bedarf zusätzliche Termine Dienstag abends möglich.
Kosten: Abrechnung mit der Krankenkasse; bei Selbstzahlerinnen vorherige Abklärung der Kostenübernahme empfohlen.
Leitung: Hebamme Michaela Tapp (freie Mitarbeiterin)

Zumba-Fitness

Zumba im Geburtshaus! Bist Du bereit, Dich fit zu feiern? Denn genau darum geht es beim Zumba® Programm. Es ist eine Tanzfitnessparty zu lateinamerikanischer Musik, die einfach zu erlernen ist, Kalorien verbrennt und so Millionen Menschen Spaß macht und Gesundheit bringt. Voraussetzung: Rückbildungskurs muss absolviert sein. Ansonsten bring einfach Spaß und ein Paar Hallenschuhe mit!

Dienstag, 09.04. - 07.05.2013 17.30 Uhr - 18.30 Uhr ZBA 0113

Fortsetzungsangebot siehe auf unserer Website.
Kosten: 40 EUR pro Teilnehmer
Leitung: Iris Heilgendorf, Zumba Instructor

Fit Mix – Vormittag

Verbindet einfache Aerobic-Kombinationen, Übungen für Bauch/Beine/Po, Beckenbodentraining und Rückenschule. Für Neueinsteiger und Fortgeschrittene geeignet!

Montag,	14.01.2013 - 04.03.2013	09:00 - 10:00 Uhr	FMX 0113
Montag,	08.04.2013 - 03.06.2013	09:00 - 10:00 Uhr	FMX 0313
Montag,	01.07.2013 - 19.08.2013	09:00 - 10:00 Uhr	FMX 0513
Montag,	07.10.2013 - 25.11.2013	09:00 - 10:00 Uhr	FMX 0613

Kosten: 55,00 EUR
Leitung: Hebamme Michaela Tapp (freie Mitarbeiterin)

Fit Mix – Abend

Verbindet einfache Aerobic-Kombinationen, Übungen für Bauch/Beine/Po, Beckenbodentraining und Rückenschule. Für Neueinsteiger und Fortgeschrittene geeignet!

Mittwoch,	16.01.2013 - 06.03.2013	18:30 - 19:30 Uhr	FMX 0213
Mittwoch,	10.04.2013 - 05.06.2013	18:30 - 19:30 Uhr	FMX 0413
Mittwoch,	09.10.2013 - 27.11.2013	18:30 - 19:30 Uhr	FMX 0713

Kosten: 55,00 EUR
Leitung: Hebamme Michaela Tapp (freie Mitarbeiterin)



Summerspecial Aquafitness

Bewegung, Spaß und Spiel, Kräftigung des gesamten Bewegungsapparates und Entspannung im brusttiefen Wasser.

Montag, 01.07.2013 - 12.08.2013 20:00 - 20:30 Uhr AQA summer

Kosten: Mitglieder des Fördervereins „Freibad Holzheim“: 37,00 EUR, alle anderen: 47,00 EUR

Der Kurs findet im Freibad Holzheim statt.

(Bitte der örtlichen Beschilderung folgen.)

Leitung: Physiotherapeutinnen, Pilates- & Aquafitnesstrainerinnen
Nina Rohm und Katharina Meisemann (freie Mitarbeiterinnen)

Aquafit & Relax Termine und Infos siehe Seite 4.

Kraft aus der weiblichen Mitte **KIDS+**

Dieses präventive Beckenbodentraining richtet sich an Frauen jeden Alters unabhängig von einer Geburt die ihren Beckenboden stärken möchten. Die Veränderungen des weiblichen Körpers in den verschiedenen Lebenszyklen sind vielfältig, gerade in der Zeit nach der Rückbildung und um die Menopause ist weitere Unterstützung oftmals notwendig. Unter fachkundiger Anleitung erhalten Sie ein speziell aufbauendes Muskeltraining und Beckenbodenstärkende Verhaltensweisen näher gebracht.

Donnerstag, 07.02.2013 - 21.03.2013 18:00 - 19:00 Uhr PHB 0113

Donnerstag, 29.08.2013 - 17.10.2013 18:00 - 19:00 Uhr PHB 0213

Kosten: 50,00 EUR, unter bestimmten Voraussetzungen nach § 20 SGBV durch die Krankenkassen förderfähig. Zu näheren Informationen wenden Sie sich an die Kursleitung.

Leitung: Hebamme des Geburtshauses mit Zusatzqualifikation

Rund ums Stillen

Stilltreffen

Unverbindlicher Erfahrungsaustausch in netter Runde stillender Mütter (auch Väter sind herzlich willkommen) unter Begleitung einer Stillberaterin. **Ohne Voranmeldung.**

Freitag, 18.01. - 20.12.2013 10:00 - 11:30 Uhr STL0113 - STL1113
Jeden 3. Freitag im Monat außer an Ferientagen.

kostenlos

Leitung: Sonja Seipp, Krankenschwester und AFS-Stillberaterin,
Beate Losch AFS-Stillberaterin (freie Mitarbeiterinnen)

Stillberatung

Stillberatung: Termine nach Vereinbarung oder telefonisch unter 06403-974 658 E-Mail: stillgruppe@geburtshaus-holzheim.de

Kosten: Die Beratung wird ehrenamtlich geleistet und ist für die Mütter daher kostenlos. Ansprechpartnerin: Sonja Seipp, Krankenschwester und AFS-Stillberaterin

Veranstaltungen

Nachtreffen

Hierzu sind alle Eltern mit Kindern willkommen, die durch unsere Hebammen bei der Geburt betreut wurden. Wir möchten uns damit für Ihr entgegengebrachtes Vertrauen bedanken und Ihnen die Möglichkeit geben, sich mit anderen Eltern auszutauschen.

Frühjahrs Nachtreffen

für zwischen dem 01.10.2012 und 28.02.2013 geborene Kinder:
Samstag, 25.05.2013 NTF 0113

Herbst Nachtreffen

für zwischen dem 01.03.2013 und 30.08.2013 geborene Kinder:
Samstag, 05.10.2013 NTH 0213

jeweils 10:00 bis 13:00 Uhr. Über mitgebrachten Kuchen und kleine Leckereien freuen wir uns riesig. Wir bitten um eine Anmeldung.
Kosten: kostenlos.

Themenfrühstück

Vorträge, Diskussionen, Erfahrungsaustausch mit diversen Referenten zu verschiedenen Themen im Rahmen einer gemütlichen Frühstücksrunde. Bitte beachten Sie die aktuellen Hinweise auf unserer Website.

Freitag, 08.03.2013 **„Homöopathie für Kinder“** TFS0113
Vortrag über die Anwendung homöopathischer Arzneien für den Hausgebrauch bei Kindern von Hebamme Julia Stoffer

Freitag, 05.07.2013 **„Babys und Kleinkinder tragen“** TFS0213
Information und Aufklärung über das Thema Babys und Kleinkinder tragen von Lena Busch, Trageberaterin

Freitag, 13.09.2013 **„Gesunde Kinderzähne“** TFS0313
Wissenswertes rund um Kinderzähne, nähergebracht von Frau Dr. Viola Müller-Lessman der Praxis für Kinder- und Jugendzahnheilkunde in Gießen

Freitag, 01.11.2013 **„Osteopathie“** TFS0413
Informativer Vortrag über Osteopathie und ihre Anwendungsmöglichkeiten durch Heilpraktikerin Sybille Wacket

Freitag, 22.11.2013 **„Attachment Parenting“** TFS0513
– artgerechte Haltung auch für Menschenkinder?
Was will und braucht mein Baby eigentlich? Und warum?
Was bedeutet bedürfnisorientiert? Und wie ist das mit dem Verwöhnen? Ein Nährungsversuch begleitet von Lena Busch, zertifizierter Windelfrei-Coach und Trageberaterin, AFS-Stillberaterin in Ausbildung.

jeweils 09:30 - 12:00 Uhr

Kosten: 10,00 EUR

Leitung: diverse Referenten

Der Nikolaus kommt!

Am 06. Dezember 2013 um 17:00 Uhr ins Geburtshaus für alle Kinder – Groß und Klein. Für Punch und Gebäck wird auch gesorgt sein. Nur die Geschenke, die Ihr vorher abgegeben habt – zack, kommen in den Sack. Dazu seid artig und meldet Euch an, dass der Nikolaus auch eine Woche vorher planen kann.

Santa 0113



Erste Hilfe

Erste Hilfe am Baby / Kleinkind

Vermittlung von Sofortmaßnahmen und erster Hilfe bei Notfällen in Theorie und Praxis. Der Kurs Erste-Hilfe für Schüler findet zeitgleich statt.

Samstag,	09.02.2013	09:00 - 16:00 Uhr	EHK 0113
Samstag,	20.04.2013	09:00 - 16:00 Uhr	EHK 0213
Samstag,	29.06.2013	09:00 - 16:00 Uhr	EHK 0313
Samstag,	02.11.2013	09:00 - 16:00 Uhr	EHK 0413

Kosten: 40,00 EUR pro Teilnehmer

Leitung: Lehrrettungsassistenten und Rettungsassistenten von 4Ru medical

Erste Hilfe für Schüler **KIDS+**

Auch Kinder können in Notfallsituationen adäquate Hilfe leisten und Gefahren lauern überall (zu Hause, auf dem Schulweg und in der Freizeit) Kinder zwischen 5 und 12 Jahren erlernen spielerisch die grundlegenden Maßnahmen der ersten Hilfe, insbesondere das Richtige Verhalten in Notfällen.

Samstag,	09.02.2013	09.30 - 13.30 Uhr	EHS 0113
Samstag,	20.04.2013	09.30 - 13.30 Uhr	EHS 0213
Samstag,	29.06.2013	09.30 - 13.30 Uhr	EHS 0313
Samstag,	02.11.2013	09.30 - 13.30 Uhr	EHS 0413

Kosten 40,00 EUR, Leitung : 4RU medical education

Eltern-Kind-Malen

2 Stunden am Wochenende zum Entdecken, Entfalten, Freiraumschaffen In die Welt der Farben eintauchen, sich mit dem Charakter unterschiedlicher Farbtöne vertraut machen und mit unterschiedlichen Möglichkeiten von Farbe experimentieren – spielen.

Nach „Atelierregeln“ gestalten wir gemeinsame Zeit, damit für alle die meiste Freiheit entstehen kann. Wir stellen unsere Farben auf unterschiedliche Weise selber her. Für alle Mütter und Väter mit Kindern ab 4 Jahren. Mitzubringen sind Mut und Freude. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Samstag,	27.04.2013	15:30 - 17:30 Uhr	EKM0113
Samstag,	16.11.2013	15:30 - 17:30 Uhr	EKM0213

Kosten: 56 EUR ab vier Teilnehmer, Material inklusive

Leitung: Katja Niebuhr, freie Künstlerin und Sozialpädagogin (freie Mitarbeiterin)

Das Wohl des Kindes

Babymassage – Vormittag

Praktische Anleitung zu verschiedenen Massagetechniken am eigenen Kind. (ab 8. Lebenswoche)

Dienstag,	22.01.2013 - 12.02.2013	10:00 - 11:00 Uhr	BMV 0113
Dienstag,	09.04.2013 - 30.04.2013	10:00 - 11:00 Uhr	BMV 0213
Dienstag,	04.06.2013 - 25.06.2013	10:00 - 11:00 Uhr	BMV 0313
Dienstag,	20.08.2013 - 10.09.2013	10:00 - 11:00 Uhr	BMV 0413
Dienstag,	05.11.2013 - 26.11.2013	10:00 - 11:00 Uhr	BMV 0513

Zusätzliche Kurse bei entsprechender Nachfrage möglich.

Kosten: 45,00 EUR, inkl. Öl und Skript

Leitung: Hebammen Julia Stoffer und Elke Aigner (freie Mitarbeiterin)

Spiel und Bewegung mit dem Baby

Angeleitetes Spielen und Singen in einer kleinen Gruppe von Babys mit Mamas oder Papas. (ab 12. Lebenswoche)

Donnerstag,	17.01.2013 - 07.03.2013	13:30 - 14:30 Uhr	SPB 0113
Donnerstag,	11.04.2013 - 20.06.2013	13:30 - 14:30 Uhr	SPB 0213
Donnerstag,	22.08.2013 - 17.10.2013	13:30 - 14:30 Uhr	SPB 0313
Donnerstag,	31.10.2013 - 19.12.2013	13:30 - 14:30 Uhr	SPB 0413

Zusätzliche Kurse bei entsprechender Nachfrage möglich.

Kosten: 50,00 EUR

Leitung: Silke Rein (freie Mitarbeiterin)

Windelfrei – Kurs

Sauber bleiben statt sauber werden! Wusstest Du, dass 75% aller Kinder weltweit ohne Windel groß werden? Keine Lust auf Wickeln, wunde Popos und Windelmüll? Willst Du wissen, wie Du Euren Windelverbrauch stressfrei auf ein Minimum reduzieren kannst? Dein Baby weiß, wie's geht – und zeigt es Dir, wenn Du magst. Was Du dazu brauchst? Neugier, Humor, und ein Baby. Im Kurs erfährst Du alles rund um dieses spannende kommunikative Thema – bereits in der Schwangerschaft, oder wenn Dein Baby schon auf der Welt ist.

Mittwoch,	03.04.2013	09:30 - 12:30 Uhr	BWK0113
Mittwoch,	11.09.2013	09:30 - 12:30 Uhr	BWK0213
Mittwoch,	27.11.2013	09:30 - 12:30 Uhr	BWK0313

Kosten: 22 EUR pro Teilnehmer

Leitung: Lena Busch, zertifizierter Windelfrei-Coach und Trageberaterin, AFS-Stillberaterin in Ausbildung (freie Mitarbeiterin)

Beikost für das Baby

Thema: Stressfreie Heranführung der Kinder an den Familientisch. Abstillen, geeignete Lebensmittel, Allergieprävention

Freitag,	08.02.2013	10:00 - 11:30 Uhr	BEI 0113
Freitag,	26.04.2013	10:00 - 11:30 Uhr	BEI 0213
Freitag,	14.06.2013	10:00 - 11:30 Uhr	BEI 0313
Freitag,	06.09.2013	10:00 - 11:30 Uhr	BEI 0413
Freitag,	29.11.2013	10:00 - 11:30 Uhr	BEI 0513

Kosten: 10,00 EUR

Leitung: Sonja Seipp, AFS-Stillberaterin und Krankenschwester, Beate Losch, AFS-Stillberaterin (freie Mitarbeiterinnen)

Babys tragen

Erlernen einer Tragetuch-Bindeweise, Beratung und „Theorie-Teil“ mit ca. 3 TeilnehmerInnen, ggf. Probetragen anderer Tragehilfen. Weitere Beratung nach Absprache möglich. www.deinbabytragen.de. Zielgruppe: Schwangere und Neu-Eltern, Eltern mit Kleinkindern eher Einzelberatung.

Regelmäßiges Angebot; jeweils einen Freitag im Monat (außer Juli und Oktober). Die genauen Termine entnehmen Sie bitte unserer Website.

Beginn:

Freitag,	25.01.2013	10:00 - 11:30 Uhr	BTR 0113 - BTR 1013
----------	------------	-------------------	---------------------

Kosten: 15,00 EUR

Leitung: Lena Busch, zertifizierter Windelfrei-Coach und Trageberaterin, AFS-Stillberaterin in Ausbildung (freie Mitarbeiterin)

Kleckskids

In einer offenen Gruppe von Kindern zwischen 1,5 und 3 Jahren werden mit Mamas und Papas Farbe in verschiedenen Formen erlebt, gespielt und experimentiert. U.a. stellen wir gemeinsam für die Kinder unbedenkliche Farbe auf Stärkebasis her. Es entstehen einmalige Kunstwerke für den Wohnbereich oder ganz besondere Geschenke.

Montag,	07.01.2013 - 04.02.2013	15:30 - 16:15 Uhr	KKS 0113
Montag,	18.02.2013 - 18.03.2013	15:30 - 16:15 Uhr	KKS 0213
Montag,	04.11.2013 - 02.12.2013	15:30 - 16:15 Uhr	KKS 0313

Kosten: 73,00 EUR inkl. Material; bei mehr als 6 Teilnehmern gibt es eine Vergünstigung

Leitung: Katja Niebuhr, freie Künstlerin und Sozialpädagogin (freie Mitarbeiterin)



Babysauna in den Thermen am Park in Bad Nauheim

Termine: 26.01.2013, 23.02.2013, 30.03.2012, und 27.04.2013 immer von 10:00-12:00 Uhr. Weitere Termine und Informationen entnehmen Sie bitte der Homepage unter: www.therme-am-park.de

Kosten: Für einen Erwachsenen und ein Baby für zwei Stunden 6 EUR. Voraussetzung: Bitte das U-Heft als Bestätigung für die durchgeführte U4 (3.- 4.Lebensmonat) und Badekleidung mitbringen, da vorher geschwommen wird. Bei Zweifeln, ob das Saunieren für Ihr Kind geeignet ist, fragen Sie bitte Ihren Kinderarzt. Anmeldung nicht erforderlich!

Veranstalter: Kur- und Servicebetrieb Therme am Park, Bad Nauheim

Entspannung für Körper und Seele

Saunabaden entspannt Muskeln und Psyche, stärkt die Abwehrkräfte und macht gute Laune – kein Wunder, dass die Sauna bei Schwangeren immer beliebter wird.

Zusätzlich können die Neigung zu Schwangerschaftsödemen reduziert werden, denn das Wechselspiel der Wärme und Kühle ist eine Art Gefäßtraining und führt zu einer schnelleren Ausschwemmung von Wasseransammlungen im Gewebe.

Ein weiteres Plus: Laut Forscher in Finnland kann das Saunieren in der Schwangerschaft sogar zu einer leichteren und kürzeren Geburt führen.

Empfehlungen für Ihren Saunaspaß

Vor Ihrem ersten Saunabesuch in der Schwangerschaft sollten Sie auf jeden Fall Ihren Arzt fragen, ob ein Saunabesuch möglich ist.

Befürchtungen der werdenden Mutter, die Saunawärme könne dem Kind nicht bekommen, sind unbegründet. „In der Sauna wird die Körpertemperatur kurzfristig um maximal ein Grad Celsius erhöht. Das belastet weder Mutter noch Kind“, betont Prof. Dr. med. Eberhard Conradi, Vorsitzender des Deutschen Sauna-Bundes.

Saunabaden von Säuglingen empfiehlt der Deutsche Sauna-Bund in Bielefeld ab dem vierten Lebensmonat.

Während bei den Erwachsenen ein einzelner Saunagang zwischen acht bis 15 Minuten dauert, sollten Babys anfangs nicht länger als drei Minuten, später nicht mehr als sechs Minuten in der Sauna bleiben. Mit dem Baby auf dem Schoß nicht auf der obersten Bank sitzen, sondern auf der mittleren.



Anmeldung (Bitte beachten Sie die Teilnahmebedingungen rechts)

Name:

Telefon:

Anschrift:

E-Mail:

Errechneter Termin bzw. Geburtstag des Kindes:

Ich melde mich hiermit für folgenden Kurs verbindlich an:

Dieser Kurs findet im Zeitraum von bis statt.

Die Bearbeitungsgebühr habe ich bereits zuvor bezahlt.

Mein Partner nimmt am Kurs teil.

Ich melde hiermit mein Kind/ meine Kinder für die Kinderbetreuung verbindlich an.

Name des Kindes: Geburtstag des Kindes:

Name des Kindes: Geburtstag des Kindes:

Datum: Unterschrift:



Geburtshaus Holzheim

GESCHENKGUTSCHEIN

für

über

Rechnungs-Nr.

Ausstelldatum

Unterschrift
autorisierender Person

Hebammenpraxis und Geburtshaus
Julia Stoffer
Hauptstrasse 81
35415 Pohlheim-Holzheim

Nicht gegen Bargeld einzulösen.



Bitte hier abtrennen.



Bitte hier abtrennen.



Zu allen Kursen ist eine verbindliche Anmeldung in schriftlicher Form mindestens eine Woche vor Kursbeginn erforderlich. Eine Anmeldebestätigung erfolgt nicht. Für die Teilnahme an den Kursen erheben wir einmalig eine Bearbeitungsgebühr in Höhe von EUR 10,00, die mit Belegung Ihres ersten Kurses bei uns fällig wird. Ausgenommen davon sind Kurse die über die Hebammen-Vergütungs-Vereinbarung nach §134a SGBV gegenüber der gesetzlichen Krankenversicherung abgerechnet werden. Für alle weiteren Kurse ist die Bearbeitungsgebühr damit bereits abgedeckt. Hier sind auch Kurse für Ihre Angehörigen mit einbezogen. Ein Rücktrittsrecht besteht bis 14 Tage vor Kursbeginn. Erfolgt eine Absage zu einem späteren Zeitpunkt ist die volle Kursgebühr zu entrichten, es sei denn es liegt nachweislich eine medizinische Indikation vor. Kurse die mit den Krankenkassen nach der Hebammen-Vergütungsvereinbarung abgerechnet werden, müssen in vollem Umfang besucht werden. Die Kosten für Fehlzeiten (auch im Krankheitsfall) müssen durch die Klienten selbst getragen werden.

Für die **Beaufsichtigung von Kindern** für die Dauer des von den Eltern besuchten Kurses erhebt das Geburtshaus pro Kind und Kurseinheit EUR 4,00. Zur ersten Teilnahme ist eine Stempelkarte im Wert von EUR 40,00 (entspricht zehn Teilnahmen) zu erwerben. Der Restbetrag wird nach Vorlage der Stempelkarte bis zu einem Jahr nach Teilnahme rückerstattet. Die Tätigkeit der Betreuerin beschränkt sich auf die Beaufsichtigung der Kinder in Reichweite der Eltern. Das Zubereiten von Nahrung und das Verabreichen von Medikamenten kann nicht gewährleistet werden. Lediglich von den Eltern mitgebrachte Lebensmittel werden den Kindern angeboten. Das Wechseln von Windeln kann seitens der Betreuerin übernommen werden. Verlangt ein Kind nach seiner Mutter ist die Mitarbeiterin angehalten diese umgehend zu informieren. Die Eltern haben dafür Sorge zu tragen, dass eigene Wechselkleidung und Wickelutensilien, sowie Getränke und evtl. Zwischenmahlzeiten mitgebracht werden. Die An- und Abmeldung zur Kinderbetreuung kann kurzfristig telefonisch (Anrufbeantworter) erfolgen, spätestens 24 Stunden vor Beginn der nächsten Kurseinheit. Nimmt ein Kind trotz vorheriger Anmeldung nicht an der Kinderbetreuung teil, so behält sich das Geburtshaus vor die Fehlzeit zu berechnen. Bei Kursende sind die Kursteilnehmer angehalten umgehend ihre Kinder aufzusuchen. Ist Ihr Kind erkrankt sollten Sie von seiner Teilnahme absehen. Bei Verlusten von Geld und Wertsachen kann seitens des Geburtshauses keine Haftung übernommen werden.

Mit der Anmeldung werden diese Teilnahmebedingungen akzeptiert.

Sicherheit hat im Geburtshaus Holzheim höchste Priorität!

Auch wenn wir im Rahmen unsererer Möglichkeiten alles tun um etwaige Gefahren im Vorhinein zu erkennen und abzuwehren, bleibt Sicherheit untrennbar mit einer subjektiven Empfindung nach Geborgenheit verbunden.

Wir stellen hohe Qualitätsanforderungen an uns selbst, so dass wir zuletzt sämtliche unserer Leistungsbereiche über das geforderte Maß hinaus haben zertifizieren lassen. Somit sind neben der Schwangerenbetreuung und Geburtshilfe im Geburtshaus, nun auch die Bereiche der Geburtshilfe im Hebammenkreißsaal, die Hausgeburtshilfe, sowie die Wochenbettbetreuung und unser Kursangebot eingeschlossen. Im Rahmen der Zertifizierung wurde uns durch die Auditoren der DQS GmbH u.a. bestätigt, „gut geführtes, innovatives Geburtshaus, welches sich in schwierigen gesellschaftspolitischem Umfeld bemerkenswert gut behauptet.“

In einer im Jahr 2011 durchgeführten anonymen Klientinnenbefragung zur Kundenzufriedenheit haben 86,4% der befragten Frauen sich für eine Geburt in unserer Einrichtung wegen der „persönlichen und vertrauten Umgebung“ entschieden. 91,4% gaben an, dass „das Kind sollte auf möglichst natürliche Weise geboren werden“ für sie ausschlaggebend war. Alle Befragten hatten den Eindruck, dass die Hebammen wussten, wie sie im Notfall zu handeln haben. Davon hielten 98,3% unsere Einrichtung für eventuelle Notfälle ausreichend vorbereitet. Für 72% der Frauen, die im Geburtshaus Holzheim geboren hatten, war es die erste Geburt in einem Geburtshaus und für 12% die zweite Geburt. 71,2% der Frauen, die eine Geburt im Geburtshaus anstrebten hatten eine „normale Geburt“ und 8,5% hatten eine „Geburt mit Problemen“. 79,7% der Kinder kamen im Geburtshaus und 10,2% der Kinder zu Hause zur Welt. Nahezu 100% aller befragten Frauen waren mit der Betreuung durch das Geburtshaus zufrieden. 98,2% der befragten Frauen würden in Bezug auf die Betreuung und Beratung in der Schwangerschaft weiterempfehlen. In Bezug auf die Nachsorge würden 98,2% weiterempfehlen. Im bundesweiten Vergleich mit anderen Geburtshäusern lagen wir mit diesen Empfehlungen weitestgehend über dem Normbereich und wurden, wie alle Geburtshäuser in Deutschland, die an dieser Benchmarkstudie teilnahmen, außerordentlich gut bewertet.

Weitergehende Informationen zur außerklinischen Geburtshilfe erhalten Sie auch bei der Gesellschaft für außerklinische Geburtshilfe e.V. unter www.quag.de.

Datenauszug aus der Auswertung der Klientinnenbefragung aus dem Jahr 2011.

Geburtshaus Holzheim

wunderbar gebor(g)en



Geburtshaus Holzheim

Hebammenpraxis & Geburtshaus Julia Stoffer

Hauptstraße 81

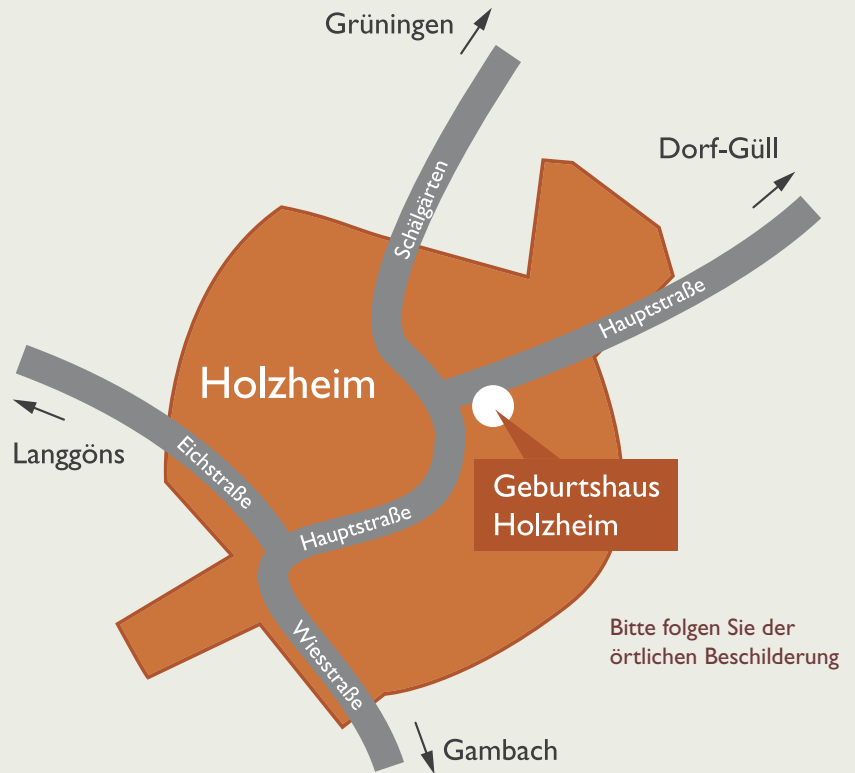
35415 Pohlheim

Telefon: +49 6004 - 91 45 23

Telefax: +49 6004 - 91 45 25

E-Mail: info@geburtshaus-holzheim.de

Internet: <http://www.geburtshaus-holzheim.de>



Geschäftsführerin und Betreiberin: Julia Stoffer

Steuernummer: 020 372 30022

Umsatzsteuerbefreiung nach § 4, Nr. 14 bzw. § 19 UStG

Institutionskennzeichen: 450654089

Inhaltlich Verantwortliche: Julia Stoffer (Anschrift links)

Fotos: Seite 3: Kerstin Pukall,

Seite 9: Fotolia/ Yulia Podlesnova, Fotolia/id-foto.de