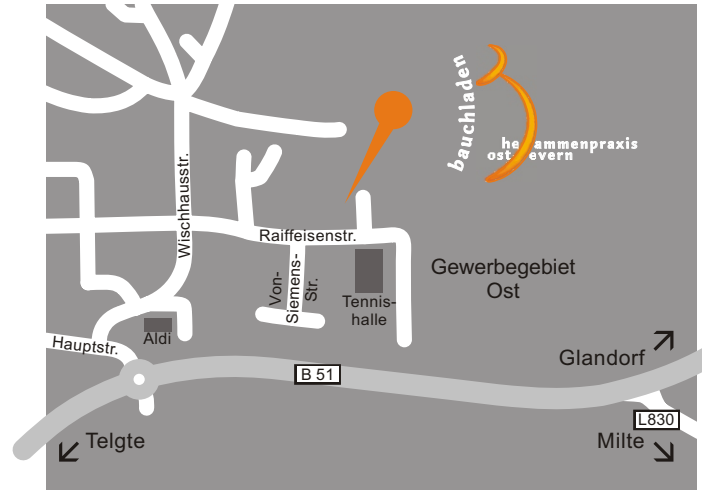


Das haben wir zu bieten

- Betreuung in der Schwangerschaft
- Homöopathie und Akupunktur
- Schwangerenschwimmen
- Moxibustion bei Beckenendlagen
- Geburtsvorbereitung für Frauen und Paare
- Nachsorge
Wochenbettbetreuung
- Babymassage
- Babyschwimmen
- PEKiP
- Rückbildungsgymnastik
- Säuglingsernährung
- Betreuung nach Fehl- und Totgeburten
- Informationsabende zu unterschiedlichen Themen

Ihr Weg zu uns



Parkmöglichkeiten finden Sie vor Ort

Bauchladen - Hebammenpraxis
Raiffeisenstraße 9
48346 Ostbevern

Informationen und Anmeldung telefonisch:

Claudia Bäcker 0 25 84/3 62 und 01 74/2 91 94 47
Margarete Niehoff 01 60/93 02 73 28

oder persönlich im Bauchladen während unserer Sprechstunden.
Termine siehe homepage: www.bauchladen-ostbevern.de

Familiengutschein

Dieser wird vom Amt für Kinder, Jugendliche und Familien des Kreises Warendorf beim Elternbesuch an Familien, die das 1. Kind bekommen haben, verteilt. Der Gutschein kann bei uns für Babymassage, Babyschwimmen, PEKiP, Informationsveranstaltungen wie Erste Hilfe am Kind, Beikosteinführung usw. eingelöst werden.

bauchladen

he ost ammenpraxis
evern

Weil das Leben
einen guten
Anfang braucht

Bauchladen - Hebammenpraxis
Raiffeisenstraße 9
48346 Ostbevern

www.bauchladen-ostbevern.de

Wir über uns



Claudia Bäcker
Hebamme

0 25 84/3 62
01 74/2 91 94 47

- *1969 in Esens / Ostfriesland, verheiratet, 2 Kinder,
- 1992 Hebammenexamen in Hamburg
- angestellte Hebamme im Josephs-Hospital Warendorf
- freiberufliche Tätigkeit im Kreis Warendorf
- Akupunkturausbildung
- Homöopathieausbildung



Margarete Niehoff
Hebamme

01 60/93 02 73 28

- *1980 in Münster
- 2002 Abschluss der Ausbildung zur Arzthelferin
- 2007 Hebammenexamen in Kiel
- freiberufliche Tätigkeit als Hebamme im Münsterland
- angestellt im medizinischen Bereich

Geburtsvorbereitung

Der Kurs setzt sich aus dem Erlernen der Wehenatmung, Themen rund um die Geburt, Gymnastik, Massagen und Entspannungsübungen zusammen. Partnerabende finden nach Absprache statt.

Kursdauer: 7 Abende á 2 Std.

Kursgebühr: wird mit der Krankenkasse abgerechnet,
Partner zahlen 11,40 € pro Abend

Schwangerenschwimmen

Die wöchentliche Wassergymnastik für Schwangere erleichtert den Umgang mit schwangerschaftsbedingten körperlichen Veränderungen und lindert Beschwerden. Das Wohlbefinden wird gesteigert und wirkt sich positiv auf die gesamte Schwangerschaft aus. Kreislauf und Stoffwechsel werden angeregt. Entspannungsübungen runden diesen Kurs ab.

Nachsorge / Wochenbettbetreuung

Die Hebamme betreut die junge Familie nach der Geburt vom ersten Lebenstag bis zum Ende der Stillzeit zu Hause.

Sie untersucht Mutter und Kind und gibt viele Tipps und Anregungen.

Die Leistungen werden von der Krankenkasse übernommen.

Babymassage

Dieses Angebot bietet eine besondere Art der intensiven liebevollen Berührung für Eltern mit Babys, die bei Kursbeginn 6-16 Lebenswochen alt sein sollten. Die Kurse beginnen jeweils mit einem Informationsabend. Es schließen sich 5 Vormittage an, um die Massage Schritt-für-Schritt zu erlernen. Außerdem gehören Spiel- und Bewegungsübungen, Lieder und viele Tipps rund um das Kind zum Programm.

Kursdauer: 1 Informationsabend und 5 Termine á 1 Std.

Kursgebühr: 55,- €

Babyschwimmen

Der Kurs findet ab dem 4. Lebensmonat wöchentlich einmal statt. Den Säuglingen wird die Scheu vor dem Element Wasser genommen und die Möglichkeit zum Kontakt mit anderen Kindern gegeben. Auf spielerische Weise wird die Entwicklung des Kindes gefördert und das Vertrauen zwischen Eltern und Kind gestärkt. Wasser wirkt stimulierend auf Sensorik und Motorik. Die Kinder trainieren ihren Gleichgewichtssinn.

Rückbildungsgymnastik

Die Bedeutung des Beckenbodens wird erläutert. Dieser und die Muskulatur des gesamten Körpers werden mit speziellen Übungen trainiert. Körperwahrnehmung, Entspannung und der Erfahrungsaustausch untereinander runden diesen Kurs ab und sollen eine Auszeit aus dem Alltag sein.

Frühestens 6-8 Wochen nach der Entbindung kann mit dem Kurs begonnen werden.

Kursdauer: 10 Termine á 1 Std.

Kursgebühr: wird mit der Krankenkasse abgerechnet

PEKiP

In diesen Kursen können Babys und ihre Eltern gemeinsam mit anderen die Spiel-, Bewegungs- und Sinnesanregungen des Prager-Eltern-Kind-Programmes (PEKiP) für Kinder ab der 6. Lebenswoche bis zum Ende des ersten Lebensjahres kennenlernen und mit viel Spaß, Freude und Zeit ausprobieren. Die Babys können erste wichtige Erfahrungen im Umgang mit Gleichaltrigen machen. Die Eltern erhalten Informationen über die Entwicklung der Babys im ersten Lebensjahr und haben die Möglichkeit, sich mit anderen Eltern auszutauschen.

Kursleiterin: Andrea Sousa (PEKiP-Gruppenleiterin,
Logopädin, Erzieherin)

Anmeldung unter 0 25 83 / 30 30 45

Kurstermine: Mittwoch vormittags

Kursdauer: 10 Termine á 1,5 Std.

Kursgebühr: 77,- €

Von der Milch zum Brei – Säuglingsernährung

Dieser Abend soll Ihnen helfen, einen Weg durch den Gläschenschungel zu finden und die Angst vor dem Selberkochen nehmen. Wir erstellen einen Beikostfahrplan und werden Brei selbst kochen und probieren.

Kursdauer: 1 Abend

Kursgebühr: 15,- €

Informationsabende

Diese finden in regelmäßigen Abständen zu unterschiedlichen fachlichen Themen statt.

Termine werden kurzfristig bekanntgegeben.

Wir freuen uns auf Sie!