

## STILL-CAFÉ & ELTERN- KIND- CAFE

### Donnerstags: 09.00- 10.30 Uhr Eltern-Kind-Cafe

Offene Gruppe für Eltern mit Kindern ab dem Krabbelalter bis ca 2 Jahre, Anmeldung nicht erforderlich.

### Donnerstags: 10.30 - 12.00 Uhr Still-Cafe

Offene Gruppe für Mütter mit Babys bis zum Krabbelalter, Anmeldung nicht erforderlich.

Hier ist Zeit für Gespräche und Fragen, um Erfahrungen auszutauschen und um Gleichgesinnte zu treffen. Tipps und Anregungen rund um das Stillen, Beikost etc.

Nähere Infos, Termine und Schließungszeiten erfahren Sie auf unserer Homepage.

Leitung: Christina Law-McLean IBCLC

Kosten: 2,50 Euro, es gibt ein Frühstücksbüffet.

## BABYMASSAGE- DER SANFTE WEG ZUR ENTSPANNUNG

### Mittwochs: 9.15 – 10.15 Uhr

6 Vormittage

Kosten : 42 Euro

Leitung: Manuela Lackmann, Hebamme

## DELFI- KURSE

### Gruppen Montags Vormittags, Dienstag Nachmittags und Freitag Vormittags

Spielerische Anregungen für die Entwicklung Ihres Babys im ersten Lebensjahr, 3 Blöcke a je 10 Treffen Leitung: Katya Krombach, Bewegungstherapeutin und HP für Psychotherapie

Kosten: 110,- Euro pro Block a 10 Treffen

## STILLSPRECHSTUNDE HILFE BEI STILLPROBLEMEN

### Allgemeine ambulante Stillsprechstunde

Bei Stillproblemen und Fragen zum Stillen mit Still- und Laktationsberaterin Christina Law-McLean IBCLC

Kosten je nach vereinbarter Zeit (ab 30€)\*\*

### Lasersprechstunde bei wunden Brustwarzen

Sanfte Behandlung bei verletzten oder wunden Brustwarzen. Heilungsfördernd & schmerzlindernd.

Kosten 15€ pro Sitzung\*\*

-Termine jeweils nach Vereinbarung-

Christina Law-McLean IBCLC ☎ 0151-23 00 58 89

## HEBAMMENBETREUUNG ZU HAUSE

**Ebel, Ruby** ☎ 0421- 878 90 87

HB Süd, Weyhe, Brinkum

**Engelien, Hannelore** ☎ 04223- 10 37

Delmenhorst, Ganderkesee, Hude u.U. =>Hypnosetherapie

**Friedrich, Elvira** ☎ 0421- 70 12 36

Ganz HB, außer Nord, auch in Englischer und Franz. Sprache

**Günemann, Anke** ☎ 04248- 13 98

Bassum, Bruchhausen-Vilsen, Syke

**Krol, Hanna** ☎ 04795 - 960 46

Kattenturm, Kattenesch, Arsten, Habenhausen  
auch in polnischer Sprache =>Akupunktur

**Lackmann, Manuela** ☎ 0421- 82 57 81

Arsten, Habenhausen, Kattenturm, Kattenesch, Stuhr Brinkum,  
Weyhe-Leeste =>Homöopathie

**Nehring, Diana** ☎ 0172- 458 33 87

Arsten, Kattenturm, Kattenesch, Neustadt, Weyhe, Habenhausen

**Niekler, Stephanie** ☎ 04202- 973 97 01

Achim, =>Akupunktur

**Schneider, Birgit** ☎ 0421- 84 79 97 94

☎ 0172- 318 73 52

Schwachhausen, Horn, Viertel, Findorff, Mitte, Neustadt,  
Borgfeld, Arsten, Habenhausen => Akupunktur, Homöopathie

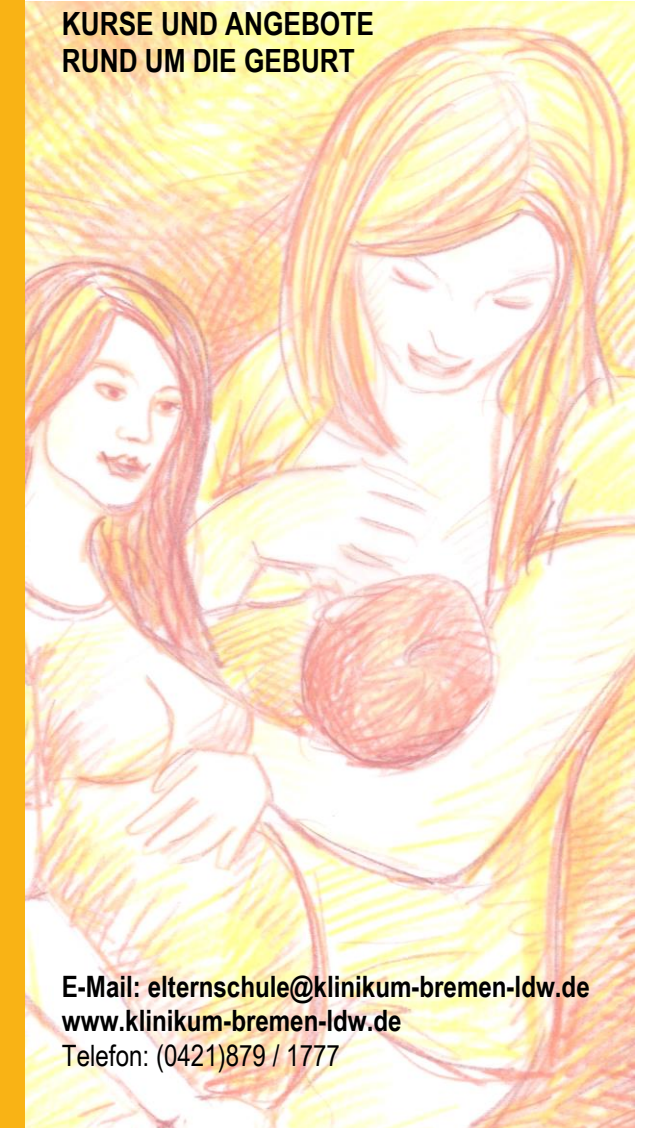
**Wehner-Körner, Stefanie** ☎ 0421- 52 57 12 40

Neustadt, Woltmershausen, Mitte, östl. Vorstadt, Huchting  
=>Akupunktur

**Weise, Maren** ☎ 0421- 244 98 39

Borgfeld, Horn, Schwachhausen, Lilienthal, Bremer Osten;  
=>Homöopathie

## ELTERN SCHULE KURSE UND ANGEBOTE RUND UM DIE GEBURT



E-Mail: [elternschule@klinikum-bremen-ldw.de](mailto:elternschule@klinikum-bremen-ldw.de)

[www.klinikum-bremen-ldw.de](http://www.klinikum-bremen-ldw.de)

Telefon: (0421)879 / 1777

## GEBURTSPREPARATIONSKURSE- RUND UM GUT VORBEREITET

Kursleitende Hebammen: Stefanie Wehner- Körner, Maria Klose, Elvira Friedrich, Ruby Ebel

Wir bieten Ihnen unterschiedliche Kursmodelle an  
Zum Beispiel:

### **Dienstags: 17.30 - 19.30 Uhr**

6 Abende, 1x mit Partner

Kosten: 81,6 Euro \* zuzügl. Partnerkosten: 13,60 Euro \*\*

### **Dienstags: 20.00- 22.00 Uhr**

6 Abende mit Partner/ Partnerkurs

Kosten: 81,60 Euro \* zuzügl. Partnerkosten: 81,60 Euro\*\*

### **Mittwochs: 17.30 - 19.30 Uhr**

**(unterschiedliche Kursmodelle)**

z.B.: 6 Abende, 1x mit Partner

Kosten: 81,60 Euro \* zuzügl. Partnerkosten: 13,60 Euro \*\*

## GEBURTSPREPARATION MIT SCHWANGERSCHAFTSGYMNASTIK UND YOGA

### **Montag: 18.00 –19.40 Uhr**

7 Abende ohne Partner

Leitung: Birgit Schneider, Hebamme

Kosten: 81,60 Euro \*

## WOCHENEND-INTENSIV-KURSE ZUR GEBURTSPREPARATION FÜR PAARE

### **Samstag und Sonntag je: 9.00-16.00 Uhr**

Kursleitende Hebammen: Susann Hartmann, Maria Klose, Birgit Schneider, Elvira Friedrich,

Kosten: 170,- Euro pro Paar \*/\*\*

## BAUCHBEMALUNG FÜR SCHWANGERE

### **Nach Vereinbarung**

durch die Künstlerin Katja Kröger aus Ottersberg

Kosten: 35.- Euro für eine halbe Stunde, CD 20,- Euro

## GESCHWISTERNACHMITTAGE

### **Mittwoch 15-17:00 Uhr**

Die werdenden Geschwister im Alter zwischen 3-7 Jahren (mit Begleitperson) lernen unter anderem spielerisch, wie sie ein Baby halten, wickeln, beruhigen können und stimmen sich allgemein auf das Geschwister-Sein ein.

Leitung: Christina Law-McLean

Kosten: 30 Euro (inkl. Geschwistertasche)

## ELTERN WERDEN, ELTERN SEIN- WOCHENEND SÄUGLINGSPFLEGEKURSE

### **Wochenendkurse, Samstag & Sonntag je von 10-13.00 Uhr**

Gut auf den Babyalltag vorbereitet sein und so Sicherheit gewinnen. Leitung: Christina Law-McLean IBCLC, Angela Kreytenberg Kinderkrankenschwestern

Kosten 40,- Euro pro Person

## STILLSPRECHSTUNDE FÜR SCHWANGERE

Bei Fragen Rund ums Stillen vor der Geburt mit Stillberaterin Christina Law-McLean IBCLC. -Termine nach Vereinbarung-Terminvereinbarung über die Elternschule

## AKUPUNKTURSPRECHSTUNDE

Die geburtsvorbereitende Akupunktur beginnt ab der 36. SSW, kann die Geburtsdauer verkürzen und kann gegen schwangerschaftsbedingte Beschwerden helfen.

Kosten: 20.- Euro pro Sitzung für die geburtsvorbereitende Akupunktur. Terminvereinbarung über die Elternschule

## SCHWANGERENBETREUUNG

Anmeldung zur Geburt und zur Geburtsplanungssprechstunde mit Einweisung und Überweisung vom Facharzt

**Terminvergabe unter Telefon : (0421) 879-1735**

## HEBAMMENSPRECHSTUNDE

Gesprächsangebot für Schwangere mit speziellen Anliegen oder besonderer Vorgeschichte

bei Hebamme und Sozialpädagogin Tanja Joachim

**Terminvergabe unter Telefon : (0421) 879-1428**

## RÜCKBILDUNGSGYMNASTIKKURSE

Kursleitende Hebammen:

Manuela Lackmann, Beckenbodentrainerin und Birgit Schneider

### **Vormittagskurse mit Kinderbetreuung:**

(Kinderbetreuung nur für Babys, die bei Kursbeginn maximal 6 Monate alt sind)

### **Dienstags: 9.15 – 10.30 Uhr**

8 Vormittage, Kosten: 67,80Euro \*

### **Dienstags: 10.45 – 12.00 Uhr**

8 Vormittage, Kosten: 67,80 Euro \*

### **Mittwochs: 10.30-11.55 Uhr**

Rückbildung mit Yoga,

7 Vormittage, Kosten: 67,80 Euro \*

### **Abendkurse ohne Kind:**

### **Montags: 19.50 -21.15 Uhr**

7 Abende , Kosten: 67,80 Euro\*

### **Donnerstags: 19.30 -20.55 Uhr**

7 Abende , Kosten: 67,80 Euro\*

## ANMELDUNG

Anmeldungen für alle Kurse sowie telefonische Auskünfte bei Fragen Rund um die Geburt sind über das Elternschultelefon, Online oder per E-Mail möglich.

### **Ansprechpartnerin: Christina Law-McLean IBCLC**

**E-Mail: [elternschule@klinikum-bremen-ldw.de](mailto:elternschule@klinikum-bremen-ldw.de)**

Telefon: (0421) 879 -1777 (Anrufbeantworter)

⇒Die einzelnen aktuellen Kurstermine erfahren Sie außerdem auf unserer Homepage:

**[www.klinikum-bremen-ldw.de](http://www.klinikum-bremen-ldw.de)**

Hier haben Sie auch die Möglichkeit die Kurse bequem online zu buchen (unter „Öffentliche Veranstaltungen & Kurse“)