

Eine Schwangerschaft ist ein ganz besonderer Abschnitt im Leben einer Frau. Hebammen beraten, informieren und begleiten Sie individuell in dieser Zeit.

Die Hebammenpraxis des Herz-Jesu-Krankenhauses in Dernbach bietet Ihnen eine Rundum-Betreuung in der Schwangerschaft, während der Geburt und im Wochenbett. Da alle Hebammen der Praxis im Kreißaal des Herz-Jesu-Krankenhauses Dernbach tätig sind, ist eine kontinuierliche und umfassende Betreuung möglich.

Die Kosten für die Hebammenhilfe werden von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

Wenn Sie sich für unsere Kurse interessieren, melden Sie sich bitte in der Hebammenpraxis.

Telefonische Sprechzeiten
dienstags 9:30 bis 11:30 Uhr

Telefon 0 26 02 / 10 62 172

HEBAMMENPRAXIS
DERNBACH
Hinter der Burg 3b
56428 Dernbach

www.hebammenpraxis-dernbach.de

ZUR GEBURT

Mittwoch ist Info-Tag!

■ Informationsabend mit Kreißaalbesichtigung

Ohne Voranmeldung.

Datum: Jeden letzten Mittwoch im Monat
Uhrzeit: 19:00 Uhr
Ort: Seminarraum, Herz-Jesu-Heim

■ Anmeldung zur Geburt

Nach telefonischer **Anmeldung 0 26 02 / 6 84-3 14**, sechs Wochen vor dem Entbindungstermin.

Datum: Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat
Uhrzeit: ab 9:00 Uhr
Ort: Herz-Jesu-Krankenhaus Dernbach

■ Kinderärztliche Vorträge

• **Neugeborenenzeit aus kinderärztlicher Sicht**
Vorsorgemaßnahmen und Impfungen, Infos für werdende Eltern.
Von Dr. Manfred Schmidt.

Keine Anmeldung erforderlich.

Veranstaltungsdaten werden separat veröffentlicht.

• **Notfälle im Kindesalter**
(Theorie und Praxisanleitung sind auf zwei separate Termine verteilt)
Von Dr. Joachim Laun.

Veranstaltungsdaten werden separat veröffentlicht.

Anmeldung unter Telefon 0 26 02 / 684 - 312.



BERATUNG & INFORMATION

■ Ernährungsberatung in der Schwangerschaft

Optimale Ernährung vor und nach der Geburt durch die Fünf-Elemente-Küche der Traditionellen Chinesischen Medizin. Kostenübernahme durch die Krankenkasse.

Anmeldung und Information: Hebammenpraxis Dernbach, Telefon 0 26 02 / 1 06 21 72

■ Akupunktur-sprechstunde

Jeden Dienstag oder nach Absprache, 10:00 bis 11:00 Uhr.

■ Geschwisterschule

Jeden zweiten Samstag im Monat 10 bis 12 Uhr.
Anmeldung unter 0 26 02 / 6 84-3 12.
Kostenfrei.

Datum: Jeden zweiten Samstag im Monat

Uhrzeit: 10:00 – 12:00 Uhr
Ort: Treffpunkt an der Information (EG)

■ Säuglingspflegekurs

Infos und Tipps zum Alltag mit dem Baby von Kinderkrankenschwestern und Krankenschwestern der Entbindungsstation.
Anmeldung unter Tel. 0 26 02 / 6 84-3 12.
Kostenfrei. Dauer 120 Minuten.

Datum: Termine werden separat veröffentlicht.
Ort: Katharina-Kasper-Seminarraum, 2. UG., Herz-Jesu-Krankenhaus

■ Stillvorbereitung

Einmaleins des Stillens. **Anmeldung unter Telefon 0 26 02 / 684 - 312.** Kostenfrei. Dauer 120 Minuten.

Datum: Termine werden separat veröffentlicht.
Ort: Katharina-Kasper-Seminarraum, 2. UG., Herz-Jesu-Krankenhaus



Maria Hilf RLP gGmbH

HEBAMMENPRAXIS DERNBACH

DES

HERZ-JESU-
KRANKENHAUSES
DERNBACH

■ **Geburtsvorbereitung**
Effektive Geburtsvorbereitung durch Körpererfahrung, Atemtechnik und Informationen rund um die Geburt und Wochenbett.

Mit (1 bis 3) Partnerabenden, 7 x 120 Minuten. Kostenübernahme durch die Krankenkasse. Partnergebühr: 12 €/ Abend.

Anmeldung und Information:
**Hebammenpraxis
Dernbach,**
Telefon 0 26 02 / 1 06 21 72

■ **Geburtsvorbereitung als
Wochenend-Crash-Kurs**

Für Frauen / Paare, Kostenübernahme durch die Krankenkasse.

Anmeldung und Information:
**Hebammenpraxis
Dernbach,**
Telefon 0 26 02 / 1 06 21 72

■ **Schwangerschafts-
gymnastik**

Gesund und aktiv durch die Schwangerschaft.

Anmeldung und Information:
**Hebammenpraxis
Dernbach,**
Telefon 0 26 02 / 1 06 21 72

■ **Entspannung
in der Schwangerschaft**

Entspannungsübungen für die Schwangerschaft und die erste Zeit nach der Geburt. 5 x 60 Minuten, Teilnahmegebühr 50 €.

Anmeldung und Information:
**Hebammenpraxis
Dernbach,**
Telefon 0 26 02 / 1 06 21 72



KURSE IN DER SCHWANGERSCHAFT

■ **Rückbildungskurse
Rückbildungsgymnastik**

Hier kann Frau etwas für sich selbst tun und sich gemeinsam mit anderen wieder „in Form bringen“. 8 x 75 Minuten, Kostenübernahme durch die Krankenkasse.

Anmeldung und Information:
Hebammenpraxis Dernbach,
Telefon 0 26 02 / 1 06 21 72

■ **Mama Fit (ab 2009)**

Aufbaukurs nach der Rückbildungsgymnastik, 7 x 90 Minuten.

Anmeldung und Information:
Hebammenpraxis Dernbach,
Telefon 0 26 02 / 1 06 21 72

■ **Babymassage**

Indische Babymassage nach Frederic Leboyer. 4 x 75 Minuten, Teilnahmegebühr 10 €/ Einheit.

Anmeldung und Information:
Hebammenpraxis Dernbach,
Telefon 0 26 02 / 1 06 21 72

■ **Stillfrühstück**

Hier haben Sie Gelegenheit zum Erfahrungsaustausch untereinander, können neue Kontakte knüpfen und erhalten kompetente Beratung. Unkostenbeitrag 2 €/Frühstück.

Datum: Jeden dritten Dienstag
Uhrzeit: 9:30 bis 11:00 Uhr
Ort: Hebammenpraxis
Dernbach

■ **Babyclub**

In gemütlicher Runde singen und spielen (z.B. Fingertänze) wir mit den Kindern. Beim gemeinsamen Frühstück bietet sich die Möglichkeit zum Austausch untereinander und für Fragen an die Hebammen. Unkostenbeitrag: 2 €/ Frühstück, keine Anmeldung erforderlich.

Datum: Jeden ersten Dienstag
Uhrzeit: 9:30 bis 11:00 Uhr
Ort: Hebammenpraxis
Dernbach

■ **Betreuung im Wochenbett**

Anmeldung bei

Friederike Beilstein,
Telefon 0 15 77 / 1 43 41 30

Heike Blaum,
Telefon 0 64 39 / 54 11

Nadine Freitag,
Telefon 01 77 / 7 97 82 35

Nicole Herbrechter,
Telefon 0 26 62 / 9 46 68 68

Barbara Lanschützer,
Telefon 0 26 02/95 98 90

Nicole Liebeskind,
Telefon 0 26 08 / 92 22 80

Iwona Paterok,
Telefon 0 26 63 / 96 88 68

Tanja Pertinac,
Telefon 0 26 26 / 92 18 29

Theres. Thekkekara,
Telefon 0 26 02 / 51 31

Natalia Urich,
Telefon 0 26 63 / 53 40

Rundum
gut versorgt!

Rundum
gut versorgt!