1919 – 2019
Volkshochschule
Hildesheim

St. Bernward Krankenhaus
Für Leib und Seele

©anoushkatoronto · stock.adobe.com

Elternschule

Treffpunkt für Schwangerschaft, Geburt und Elternsein

Programm
August 2020 bis März 2021

ELTERNSCHULE

Treffpunkt für Schwangerschaft, Geburt und Elternsein

Die Elternschule ist eine Kooperation zwischen der St. Bernward Krankenhaus GmbH in Hildesheim und der VHS Hildesheim gGmbH.

Mit unserem Programm möchten wir auf die Geburt und das Leben mit dem Kind vorbereiten und vor allem unterstützende Begleitung nach der Geburt geben. Wir wollen damit zur Verwirklichung einer familienorientierten, individuellen Geburt und einem guten Start in das Leben mit Kind(ern) beitragen. Sie finden bei uns Angebote für die Zeit der Schwangerschaft, der Rückbildung, der Neuorientierung für Eltern und Babys, sowie für das Leben mit Kleinkindern.

Unsere Experten für Sie und Ihr Baby

Unsere qualifizierten Dozentinnen und Dozenten sind langjährig erfahren und bilden sich regelmäßig fort. Zu unserem Team gehören Ärztinnen und Ärzte, Hebammen, Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerinnen, Stillberaterinnen, Ernährungsberaterinnen und zertifizierte Übungsleiterinnen.

Die Elternschulkurse in Alfeld finden Sie ab Seite 19.
Informationen zu den Kursinhalten erhalten Sie, über das Internet unter www.vhs-hildesheim.de oder in den Regionsheften der VHS Hildesheim. Alle Angaben entsprechen dem Zeitpunkt der Drucklegung und sind ohne Gewähr.

Es gelten die Teilnahmebedingungen der VHS Hildesheim, die in den aktuellen Regionsheften oder im Internet veröffentlicht sind.

© Gelpi · Stock.adobe.com

Beratung

Mitarbeiterinnen des G.I.Z. (Gesundheitsinformationszentrum) am St. Bernward Krankenhaus
Tel. 05121 90-1605
E-Mail: giz@bernward-khs.de

Programmbereichsleitung VHS Hildesheim
Stefanie Greber
Tel. 05121 309-6001
E-Mail: greber@vhs-hildesheim.de

Sachbearbeitung VHS Hildesheim
Gabriela Johanshon
Tel. 05121 9361-162
E-Mail: johanshon@vhs-hildesheim.de

Anmeldung

VHS Hildesheim gGmbH
Pfaffenstieg 4-5
31134 Hildesheim
Tel. 05121 9361-111
Mo.– Do. 9:00 – 12:00 Uhr und 14:00 – 17:00 Uhr
Fr. 9:00 – 12:00 Uhr
Fax 05121 9361-199
E-Mail: anmeldung@vhs-hildesheim.de
Internet: www.vhs-hildesheim.de

Bildernachweis: Stock.adobe.com, Pixabay

Datenschutz

Wir erheben und verwenden Ihre personenbezogenen Daten ausschließlich im Rahmen der Bestimmungen der EU-Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) und zur Erfüllung des Geschäftszwecks. Unsere Datenschutzbestimmungen finden Sie auf unserer Homepage unter www.vhs-hildesheim.de. Mit einer Anmeldung zu unserem Kurs erklären Sie sich mit unseren Datenschutzbestimmungen einverstanden. Sie können der Verarbeitung Ihrer Daten jederzeit widersprechen. Auf Anfrage schicken wir Ihnen unsere Datenschutzbestimmungen zu.

BERATUNGEN · VORTRÄGE · SERVICE

Infoabend für werdende Eltern

An jedem ersten Mittwoch im Monat laden wir werdende Eltern in das St. Bernward Krankenhaus von 18:30 bis 19:30 Uhr zum Infoabend „Rund um die Geburt“ ein. Unsere Ärzte der Geburtshilfe und Hebammen sprechen über den Geburtsverlauf und die anschließende Versorgung im Wochenbett. Im Anschluss stellen die Ärzte der Kinderklinik das Perinatalzentrum Level 1 vor und informieren über die Versorgung der Neugeborenen sowie Vorsorgeuntersuchungen.
Die Veranstaltung ist kostenlos und ohne Anmeldung.
UNTER VORBEHALT – Bitte informieren Sie sich auf www.bernward-khs.de über den aktuellen Veranstaltungskalender.

Kreißsaalführung

Im St. Bernward-Krankenhaus gibt es vier Kreißsäle mit unterschiedlicher Ausstattung, unter anderem einem Entspannungsbad. Leider finden zur Zeit unsere Kreißsaalführungen nicht statt.

Damit Sie sich dennoch ein Bild machen können, bieten wir Ihnen einen virtuellen Rundgang an. Scannen Sie bitte den nebenstehenden QR-Code.

© kolinko_tanya · Stock.adobe.com

Hebammensprechstunde

In unserer Hebammensprechstunde können Sie sich bei unseren Hebammen über Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett informieren. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, sich zur Geburt anzumelden und die schriftlichen Formalitäten so weit wie möglich vorzubereiten. So entsteht bei Beginn der Geburt keine unnötige Zusatzbelastung für Sie.
Anmeldungen nimmt das Gesundheitsinformationszentrum (G.I.Z.) entgegen. Das Angebot ist kostenlos.
Gesundheitsinformationszentrum, Tel. 05121 90-1605,
E-Mail: giz@bernward-khs.de

Akupunktursprechstunde

Wenn Sie sich bereits zur Geburt angemeldet haben, können Sie ab der 37. Schwangerschaftswoche an der Akupunktursprechstunde teilnehmen. Hier bereiten wir Sie mit Hilfe der Akupunktur sanft auf die Geburt Ihres Kindes vor. Für Sie entstehen keine Kosten, Anmeldungen nimmt das Gesundheitsinformationszentrum (G.I.Z.) entgegen.
Gesundheitsinformationszentrum, Tel. 05121 90-1605,
E-Mail: giz@bernward-khs.de

Stillambulanz

In unserer Stillambulanz berät unsere Still- und Laktationsberaterin Claudia Schickerling schwangere und stillende Frauen individuell bei allen Fragen zum Thema Stillen und Muttermilchernährung. Die Beratung erfolgt in der Regel Donnerstagvormittag in unserer Hebammenpraxis. Das Angebot ist kostenlos. Anmeldungen nimmt unser Gesundheitsinformationszentrum (G.I.Z.) entgegen.
Gesundheitsinformationszentrum, Tel. 05121 90-1605,
E-Mail: giz@bernward-khs.de

Liebe Eltern,
aufgrund von Covid-19 ist es unabdingbar eine aktuelle Bewertung der Infektionslage vorzunehmen und dementsprechend zu agieren. Somit unterliegen die geplanten Kurse des St. Bernward Krankenhauses möglichen kurzfristigen Änderungen. Alle Kurse sind unter Vorbehalt und können jederzeit kurzfristig abgesagt, verschoben oder als Online- bzw. Präsenzkurs angeboten werden. Sie werden ggf. rechtzeitig vor Kursstart – per E-Mail – informiert. Die Kurse können nur unter Einhaltung der geltenden gesetzlichen Bestimmungen, insbesondere der Abstands- und Hygieneregeln stattfinden. Bitte bringen Sie zur Abdeckung der Gymnastikmatten ein großes Handtuch (60x200 cm) mit. Wir zählen auf Ihr Verständnis.
Ihr Team der Elternschule im St. Bernward Krankenhaus

BEWEGUNG ENTSPANNUNG IN DER SCHWANGERSCHAFT

Fit und entspannt in der Schwangerschaft im Wasser

Der Wohlfühlkurs für die Schwangere: Entspannung, Körperwahrnehmung, Gymnastik im Wasser. Infos und Austausch schon ab der 16. Woche. Ziel des Kurses ist die körperliche und mentale Begleitung der Schwangerschaft und die Einstimmung auf die Geburt unter Nutzung des Ur-Elements Wasser.

O38204M · Hildesheim · Noch unbekannt · Iris Zwingmann · 5x
Mi, 18.11.–16.12.20 · 17:15–18:15 · 51,70 €

Bitte bringen Sie zu allen Präsenzkursen einen Mund-Nasen-Schutz mit.

© Mrakor · stock.adobe.com

AquaFit für Schwangere

Der AquaFit-Kurs bietet Schwangeren ab der 12. Woche die Möglichkeit, sich bis kurz vor die Geburt sportlich zu betätigen. Dieses im Element Wasser. Im Wasser fühlt man sich schwerelos, wird getragen und kann sich leichter bewegen. Sie kräftigten den ganzen Körper, lindern Rücken- und Gelenkschmerzen und trainieren zusätzlich das Herz- Kreislaufsystem. Durch den Wasserdruck entsteht eine Massage für die Haut und Gefäße. Die Durchblutung wird angeregt, wodurch mehr Sauerstoff ins Blut und zum Baby gelangt. Ein Wohlfühlkurs für Sie und ihr Baby.
Dieser Kurs wird im nächsten Semester wieder angeboten. Bitte informieren Sie sich online über Termine.

Yoga für Schwangere – Online-Kurs

Fortlaufender Kurs, Einstieg jederzeit

Um den Vorgaben der Kontaktsperre gerecht zu werden und Ihnen dennoch die Teilnahme am Yoga für Schwangere mit Petra Lehnhoff zu ermöglichen, findet der Kurs Online über Skype statt.
Informationen erhalten Sie über das G.I.Z. des St. Bernward Krankenhauses unter 05121 90-1605 oder giz@bernward-khs.de.
In entspannter Atmosphäre bieten wir Ihnen als werdende Mutter die Möglichkeit, in Ihren Körper hineinzuhorchen und sich selbst in Einheit mit Ihrem Kind zu genießen. Unsere sanften Yoga-, Atem- und Entspannungsübungen sind für jede Phase der Schwangerschaft geeignet und leicht nachvollziehbar. Deshalb können Sie auch ohne Vorkenntnisse problemlos teilnehmen. Auch nach der Schwangerschaft können die erlernten Übungen sehr hilfreich für ein anhaltendes Wohlgefühl im Alltag sein.
Bitte tragen Sie lockere, bequeme Kleidung.
Info zur Buchung:
Unabhängig von dem genannten Starttermin ist ein individueller Einstieg jederzeit möglich. Sie buchen 6 darauf folgende Termine! Sie können sich jederzeit telefonisch anmelden. Geben Sie Ihren persönlichen Starttermin und Ihren Entbindungstermin an. Eine Buchung nimmt ausschließlich das Gesundheitsinformationszentrum (G.I.Z.) entgegen.
Gesundheitsinformationszentrum, Tel. 05121 90-1605,
E-Mail: giz@bernward-khs.de

O38211M · Hildesheim · Online-Kurs · Petra Lehnhoff · 6x
Fr, 07.08.20–29.01.21 · 16:30–18:00 · 120,- € für 6 Termine

GEBURTSVORBEREITUNG

Geburtsvorbereitung für Paare – Wochenendkurs

Mit vielen Informationen rund um Schwangerschaft, Geburt und das Wochenbett bereiten wir Sie auf die Geburt Ihres Kindes vor. Sie erlernen Atemtechniken für den Geburtsvorgang sowie Lockerungs- und Entspannungsübungen. Zudem haben Sie Gelegenheit, den Kreißsaal zu besichtigen. Die Kursleiterin ist Hebamme mit langjähriger Erfahrung. Der Kurs dauert zwei Tage - am Samstag und Sonntag nehmen verpflichtend die Schwangere sowie der Partner teil. Eine Teilnahme ist ca. ab der 28. Schwangerschaftswoche möglich!
Bitte bringen Sie Ihren Mutterpass, bequeme Kleidung und und ein großes Handtuch (60x200 cm) mit und tragen Sie einen Mund-Nasen-Schutz.
Bei Online-Anmeldung bitte unter Bemerkung: Name des Partners, voraussichtliches Entbindungsdatum sowie die Krankenkasse angeben!

O38303M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Mareike Meyer · 2x
Sa, 26.09.–27.09.20 · 10:00–17:30 · 220,- € inkl. Partnergebühr

Geburtsvorbereitung für Paare – Wochenendkurs – Online-Kurs

Mit vielen Informationen rund um Schwangerschaft, Geburt und das Wochenbett bereiten wir Sie auf die Geburt Ihres Kindes vor. Sie erlernen Atemtechniken für den Geburtsvorgang sowie Lockerungs- und Entspannungsübungen. Die Kursleiterin ist Hebamme mit langjähriger Erfahrung. Der Kurs dauert zwei Tage - am Samstag nehmen nur die Schwangeren teil, am Sonntag verpflichtend auch die Partner. Die Teilnahme ist ca. ab der 28. Schwangerschaftswoche möglich und setzt eine gesunde Schwangerschaft voraus. Der Kurs findet online statt. Hierfür benötigen Sie die App ZOOM aus Ihrem jeweiligen App Store.
Bei Online-Anmeldung bitte unter Bemerkung: Name des Partners, voraussichtliches Entbindungsdatum sowie die Krankenkasse angeben!

O38301M · Hildesheim · Online-Kurs · Maibritt Steffens · 2x
Sa, 17.10.–18.10.20 · 10:00–17:30 · 190,- € inkl. Partnergebühr

Bitte bringen Sie zu allen Präsenzkursen einen Mund-Nasen-Schutz mit.

© Pixabay

Geburtsvorbereitung für Mehrgebärende – erneut Mama – Samstag

Während der zweiten oder einer weiteren Schwangerschaft ist es häufig nicht möglich, sich ausreichend Zeit für sich und das ungeborene Kind zu nehmen, der Alltag nimmt einfach überhand. Mit unserem Kursangebot für Mehrgebärende möchten wir Müttern die Gelegenheit bieten, sich mit wenig Zeitaufwand auf ihr neues Baby und die Geburt vorbereiten zu können. Wir frischen einige Themen rund um die Schwangerschaft, die Geburt und das Wochenbett auf, thematisieren aber auch neue Fragestellungen wie Wünsche bei der Geburt, Ängste und Sorgen sowie die neue Rollenverteilung bei Geschwisterkindern.
Bitte bringen Sie Ihren Mutterpass, bequeme Kleidung und ein großes Handtuch (60x200 cm) mit und tragen Sie einen Mund-Nasen-Schutz.
Trotz des Reformationsfeiertages bieten wir Ihnen diesen Kurs an.
Bei Online-Anmeldung bitte unter Bemerkung: Name des Partners, voraussichtliches Entbindungsdatum sowie die Krankenkasse angeben!

O38304M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Mareike Meyer · 1x
Sa, 31.10.20 · 10:00–17:30 · 60,- €

Geburtsvorbereitung am Wochenende – Mit Partner möglich

Als Kernelemente des Geburtsvorbereitungskurses dienen die vielen Informationen rund um Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett. Sie erlernen ihren Körper zu erfahren sowie Atemtechniken und Entspannungsübungen für den Geburtsvorgang. Auch die diversen medizinischen Methoden zur Schmerzlinderung werden ein Teil des Kurses sein. Eine Kreißsaalführung findet während des Kurses statt, wenn es die Kreißsaalsituation zulässt. Der Kurs dauert zwei Tage - am Samstag nehmen nur die Schwangeren teil, am Sonntag können auch gerne die Partner hinzukommen. Ab der 28. Schwangerschaftswoche ist eine Teilnahme am Kurs möglich und setzt eine gesunde Schwangerschaft voraus. Die Kursgebühr beträgt 120,- € für die Schwangere, zzgl. 70,- € für den Partner.

Bitte bringen Sie Ihren Mutterpass, bequeme Kleidung und ein großes Handtuch (60x200 cm) mit und tragen Sie einen Mund-Nasen-Schutz.
Bei Online-Anmeldung bitte unter Bemerkung: Name des Partners, voraussichtliches Entbindungsdatum sowie die Krankenkasse angeben!

O38300M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Paulina Marachowski · 2x
Sa, 21.11.–22.11.20 · 10:00–17:30 · 190,- € inkl. Partnergebühr

Geburtsvorbereitung am Wochenende mit Partner möglich - Online-Kurs

Wir bereiten Sie auf die Geburt Ihres Kindes vor. Sie lernen Atem- und Entspannungstechniken sowie Gebärpositionen kennen. Wir erläutern die Abläufe der Schwangerschaft und der Geburt und geben Ihnen Informationen zum Stillen und den Umgang mit Ihrem neugeborenen Kind. Sämtliche Kursleiterinnen sind Hebammen mit langjähriger Erfahrung. Die Partner können, wenn gewünscht, an beiden Tagen teilnehmen. Die Teilnahme ist ca. ab der 28. Schwangerschaftswoche möglich und setzt eine gesunde Schwangerschaft voraus. Der Kurs findet online statt. Hierfür benötigen Sie die App ZOOM aus Ihrem jeweiligen App Store.
Bei Online-Anmeldung bitte unter Bemerkung: Name des Partners, voraussichtliches Entbindungsdatum sowie die Krankenkasse angeben!

O38306M · Hildesheim · Online-Kurs · Franziska Steinmetz · 2x
Sa, 28.11.–29.11.20 · 10:00–17:00 · 120,- €/ zzgl. Partnergebühr 100,- €

O38307M · Hildesheim · Online-Kurs · Franziska Steinmetz · 2x
Sa, 23.01.–24.01.21 · 10:00–17:00 · 120,- €/ zzgl. Partnergebühr 100,- €

© Oksana Kuzmina · Stock.adobe.com

Bitte bringen Sie zu allen Präsenzkursen einen Mund-Nasen-Schutz mit.

SÄUGLINGSPFLEGE · ERSTE HILFE ETC.

Rund um das Neugeborene – Säuglingspflege

Kurs für werdende Eltern

Gerade beim ersten Kind sind viele Eltern verunsichert, was bei der Geburt und in der ersten Zeit mit dem Neugeborenen auf sie zukommt. Wir bereiten Sie auf diese spannende Zeit vor. In unserem Kurs erklären wir Ihnen die Abläufe im Krankenhaus, zeigen Ihnen die Räumlichkeiten auf Station und geben Tipps, was Sie zur Geburt mitbringen sollten. Zudem geben wir einen Überblick, was Sie für die erste Zeit mit Ihrem Kind benötigen. Darüber hinaus zeigen wir Ihnen, wie Ihr Baby am besten schläft und wie Sie Ihr Neugeborenes richtig halten, wickeln, baden und vieles mehr. Auch Gefahren im Haushalt, Kinderkrankheiten und das Thema Sonnenschutz sprechen wir an. In dem Kurs werden außerdem die wichtigsten Vorsorgeuntersuchungen für Neugeborene wie das Stoffwechselscreening, der Hörtest, die U2-Untersuchung und der Bilirubin-Test vorgestellt. Die Kursleiterinnen sind Hebammen bzw. Kinderkrankenschwestern mit langjähriger Erfahrung. Bitte tragen Sie einen Mund-Nasen-Schutz.
Treffpunkt: Am Empfang am BK Haupteingang!
Bei Teilnahme am Programm der Techniker Krankenkasse „Babyfocus“, teilen Sie uns dies bitte unter Bemerkung mit.

O38404M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Carola Ludwig · 3x
Mi, 21.10.–04.11.20 · 19:30–21:00 · 30,- €

Erste Hilfe am Kind

Kinder sind keine kleinen Erwachsenen - so unterscheidet sich auch die Erste Hilfe am Kind in wichtigen Punkten von der Ersten Hilfe am Erwachsenen. Trainieren Sie mit unseren erfahrenen Ausbilder/-innen, wie Sie im Notfall richtig handeln. Zudem sprechen wir über akute Erkrankungen, zum Beispiel das Krupp-Syndrom, die nur einem bestimmten Kindesalter zuzuordnen sind. Auch mögliche Gefahrenquellen für Säuglinge und Kinder kommen zur Sprache, damit Unfälle nach Möglichkeit gar nicht erst passieren. Bitte tragen Sie einen Mund-Nasen-Schutz.
Anmeldung, Abrechnung direkt bei der Sanitätsschule Oliver Blake! Tel: 05067 697718

O38420M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Oliver Blake · 1x
Sa, 24.10.20 · 09:00–15:30 · 35,- € pro Person

„Babys verstehen - Der Baby-Vorbereitungskurs“

Beim ersten Kind stellen sich etliche Fragen, diese sollen mit Frau Neuber gemeinsam beantwortet werden. Während der Schwangerschaft beginnen die Vorbereitungen auf die Zeit mit dem Baby, dabei ist es nicht nur wichtig sich äußerlich auf das Baby vorzubereiten - Bettchen, Strampler und Kinderwagen kaufen -

sondern sich auch innerlich auf die Bedürfnisse des Neugeborenen einzustellen. Themen sind z.B. Tragehilfe, Babyschlaf, Bindungen, Elternsein und viele mehr. Was braucht mein Baby wirklich?
Der Wochenend-Kurs richtet sich nicht nur an werdenden Eltern, sondern auch an angehende Großeltern. Gerne können z.B. auch die werdende Mutter und Großmutter gemeinsam an diesem Kurs teilnehmen. Er ist eine sinnvolle Ergänzung zu einem Geburtsvorbereitungskurs, aber ebenso zu einem Säuglingspflegekurs.
Die Kursgebühr beträgt 210,- € als Paar/Team, bzw. 105,- € als Einzelperson.
Bitte tragen Sie einen Mund-Nasen-Schutz.
O38631M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Anika Neuber · 2x
Sa, 14.11.–15.11.20 · 10:00–16:30 · 105,- € je teiln. Person

RÜCKBILDUNG · BECKENBODENGYMNASTIK

Rückbildung mit Kindern am Vormittag – Online-Kurs

Für die Rückbildung der Gebärmutter sowie die Stärkung der Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur ist ein sanftes Training nach dem Wochenbett wichtig. In dem Kurs lernen Sie, die Veränderungen Ihres Körpers nach der Schwangerschaft und Geburt wahrzunehmen. Anhand verschiedener Übungen zeigen wir Ihnen zudem, wie Sie Ihre Muskulatur kräftigen können.
Eine Anmeldung ist ab 6-8 Wochen nach der Geburt möglich.
Unter Vorbehalt: Die Babys sind im Kurs willkommen und liegen bei den Müttern auf der Turnmatte. Bitte bringen Sie Ihren Mutterpass, bequeme Kleidung und Wollsocken mit.

© dinaphoto · stock.adobe.com

Bitte bringen Sie zu allen Präsenzkursen einen Mund-Nasen-Schutz mit.

Bei Online-Anmeldung bitte unter Bemerkung Geburtstermin und Krankenkasse angeben!
Bedingt durch die aktuelle Lage bieten wir Ihnen diesen Kurs online an. Hierfür benötigen Sie die App ZOOM aus Ihrem jeweiligen App Store. Vor Startbeginn wird sich die Hebamme direkt an Sie wenden.
O38521M · Hildesheim · Online-Kurs · Franziska Steinmetz · 8x
Di, 04.08.–22.09.20 · 09:30–10:45 · 88,- €

O38522M · Hildesheim · Online-Kurs · Franziska Steinmetz · 8x
Di, 20.10.–08.12.20 · 09:30–10:45 · 88,- €

O38523M · Hildesheim · Online-Kurs · Franziska Steinmetz · 8x
Di, 05.01.–23.02.21 · 09:30–10:45 · 88,- €

Rückbildung am Vormittag mit Kindern – Online-Kurs

Während der Schwangerschaft und der Geburt verändert sich der Körper. Für die Rückbildung der Gebärmutter sowie die Stärkung der Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur ist ein sanftes Training nach dem Wochenbett wichtig. Anhand verschiedener Übungen zeigen wir Ihnen zudem, wie Sie Ihre Muskulatur kräftigen können. Eine Anmeldung ist ab 6-8 Wochen nach der Geburt möglich. Die Babys sind im Kurs willkommen und liegen bei den Müttern mit auf der Turnmatte.
Bedingt durch die aktuelle Lage bieten wir Ihnen diesen Kurs online an. Hierfür benötigen Sie die App ZOOM aus Ihrem jeweiligen App Store.
Bei Online-Anmeldung bitte unter Bemerkung: Geburtstermin und Krankenkasse angeben!
O38528M · Hildesheim · Online-Kurs · Lena Jörens · 8x
Mi, 06.01.–24.02.21 · 09:00–10:15 · 88,- €

O38529M · Hildesheim · Online-Kurs · Lena Jörens · 8x
Mi, 06.01.–24.02.21 · 10:30–11:45 · 88,- €

Rückbildung am Abend – Online-Kurs

Eine Schwangerschaft bringt viele körperliche Veränderungen mit sich und auch die Geburt verlangt Höchstleistungen vom weiblichen Körper. Es ist faszinierend wie viel der Körper im Wochenbett selbst regeneriert. Im Anschluss an das Wochenbett, sollte man sich Zeit nehmen sportlich wieder aktiv zu werden, um mit gezielter Rückbildungsgymnastik den Beckenboden zu stärken, die vermutlich noch vorhandene Rektusdiastase zu schließen und den beanspruchten Rücken zu kräftigen. Bei diesem Kurs ist keine Kinderbetreuung vorgesehen, so dass eine Betreuung zu Hause benötigt wird. Eine Anmeldung ist ab

6-8 Wochen nach der Geburt möglich Bedingt durch die aktuelle Lage bieten wir Ihnen diesen Kurs online an. Hierfür benötigen Sie die App ZOOM aus Ihrem jeweiligen App Store.
Bei Online-Anmeldung bitte unter Bemerkung: Geburtstermin und Krankenkasse angeben!
O38530M · Hildesheim · Online-Kurs · Mareike Gronemann · 6x
Di, 03.11.–08.12.20 · 18:30–19:45 · 66,- €

Yoga für junge Mütter – Online-Kurs

Um den Vorgaben der Kontaktsperre gerecht zu werden und Ihnen dennoch die Teilnahme am Yoga-Kurs mit Petra Lehnhoff zu ermöglichen, findet der Kurs online über Skype statt.
In entspannter Atmosphäre bietet Ihnen die zertifizierte Übungsleiterin ein effektives Übungsprogramm für die Zeit nach der Geburt. Durch die intensiven, Energie spendenden Yoga-Übungen werden Muskeltonus, Stabilität und körperliche Fitness systematisch wieder aufgebaut und gleichzeitig das Bewusstsein für das eigene Körpergefühl gefördert. Die Yoga-Atemtechniken sind gleichzeitig entspannend und Balsam für die Seele. Durch Baby Yoga Sequenzen werden die Babys sanft mit eingebunden oder ruhen entspannt auf der Decke. Eine Teilnahme ist ohne Yoga-Vorkenntnisse und ca. ab 6 Wochen nach der Geburt möglich. Bei einem Kaiserschnitt sollte die Narbe bereits gut verheilt sein. Bequeme Kleidung wird empfohlen.
Der Kurs findet 14-tägig statt!
O38216M · Hildesheim · Online-Kurs · Petra Lehnhoff · 4x
Fr, 06.11.–18.12.20 · 09:30–10:30 · 80,- €

O38217M · Hildesheim · Online-Kurs · Petra Lehnhoff · 5x
Fr, 22.01.–19.03.21 · 09:30–10:30 · 100,- €

© Pixabay

Bitte bringen Sie zu allen Präsenzkursen einen Mund-Nasen-Schutz mit.

Fit nach der Rückbildung - Online-Kurs

Möchten Sie sich nach dem Rückbildungskurs weiterhin sportlich betätigen, dann freuen wir uns Sie bei unserem Online Fit nach RB-Kurs über ZOOM begrüßen zu dürfen. Starten können Sie 10 bis 12 Wochen nach der Entbindung. Wir trainieren beckenbodenschonend, falls nach der Rückbildung noch leichte Defizite bestehen. Die Übungen macht die Dozentin zeitgleich mit Ihnen, um die Phasen aus Anspannung und Entspannung optimal nachvollziehen zu können. Wir freuen uns auf all die Mamas, die Lust haben sich gemeinsam fit zu halten. Der Kurs findet online statt. Hierfür benötigen Sie die App ZOOM aus Ihrem jeweiligen App Store.
Bei Online-Anmeldung bitte unter Bemerkung: Geburtstermin und Krankenkasse angeben!
O38532M · Hildesheim · Online-Kurs · Mareike Gronemann · 6x
Di, 03.11.–08.12.20 · 20:00–21:00 · 50,00 €

BEWEGUNG · KÖRPERERFAHRUNG UND MEHR FÜR KINDER UND ELTERN

BabyMassage

Die Babymassage ist der liebevolle Austausch von Berührungen und Gefühlen zwischen Eltern und Kind. Dies fördert die Bindung beider zueinander und vertieft das allgemeine Wohlbefinden und die Entspannungsfähigkeit des Kindes. Außerdem stärkt die Babymassage das Bauchgefühl der Eltern, die Bedürfnisse ihres Kindes besser einzuordnen. In dem Kurs wird nacheinander die Massage der einzelnen Körperteile erlernt sowie die Kolik-Massage, um dem Kind bei Bauchschmerzen etwas helfen zu können. Für eine Teilnahme sollte Ihr Baby 12 Wochen alt sein. Das Baby sollte zum Kursstart satt und sauber sein. Bringen Sie bitte ein großes Handtuch (60x200 cm), dicke Socken und bequeme Kleidung mit und tragen Sie einen Mund-Nasen-Schutz.
Bei Online-Anmeldung bitte unter Bemerkung: Name und Geburtsdatum des Kindes sowie die Krankenkasse, ggf. Teilnahme am Programm der Techniker Krankenkasse „Babyfocus“ angeben!
O38619M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Barbara Bartels · 4x
Di, 27.10.–17.11.20 · 11:00–12:15 · 55,- €

O38620M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Barbara Bartels · 4x
Di, 01.12.–22.12.20 · 11:00–12:15 · 55,- €

Babys verstehen – Kurs für Eltern mit Babys von 2–5 Monaten, Level 1, Basiskurs

Endlich ist das neue Familienmitglied da und neue Fragen stellen sich. Frau Neuber möchte Ihnen behilflich zur Seite stehen, damit Sie Ihr kleines Wunder besser verstehen und Sie Ihre individuellen Möglichkeiten in Ihrer neuen Rolle als Mutter bzw. Vater entdecken. Ein wichtiger Aspekt ist der Austausch mit den anderen Eltern. In familiärer Atmosphäre bietet Ihnen die Kursleiterin wöchentlich wechselnde Themen wie Eltern-Kind-Bindung, Stillen/Flasche/Beikost, Kommunikation, aber auch Sing- und Schoßspiele, Babymassage sowie Spielanregungen.
Bitte bringen Sie ein Badetuch sowie bequeme Kleidung mit und tragen Sie einen Mund-Nasen-Schutz.
Bei Online-Anmeldung bitte unter Bemerkung: Name und Geburtsdatum des Kindes angeben!

O38624M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Anika Neuber · 5x
Mi, 02.09.–07.10.20 · 09:30–10:30 · 63,- €

O38621M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Anika Neuber · 6x
Mi, 28.10.–02.12.20 · 09:30–10:30 · 75,- €

FamilySteps – Kurs für Eltern mit Kindern ab dem 1. – 3. Lebensjahr

Die Zeit der Babykurse ist vorbei...
Mit FamilySteps wollen wir euch auf eurem weiteren Weg begleiten. FamilySteps ist ein ganzheitlicher Eltern-Kind-Kurs in gemütlicher Atmosphäre. In erster Linie bieten wir einen Ort für all die aufkommende Fragen ab dem 1. Geburtstag und schaffen Verbindungen zwischen Eltern und Kindern. Dazu kombinieren wir Elemente aus dem Kinderyoga, Bewegungs- und Singspiele, Massagegeschichten und verschiedenen Sinnesanregungen.
Bei Online-Anmeldung bitte unter Bemerkung: Name und Geburtsdatum des Kindes angeben!
Bitte tragen Sie einen Mund-Nasen-Schutz.

O38630M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Constanze Stender-Siedlaczek · 8x
Mi, 13.01.–03.03.21 · 15:30–16:45 · 99,- €

© Ramona Heim · Stock.adobe.com

Bitte bringen Sie zu allen Präsenzkursen einen Mund-Nasen-Schutz mit.

Kinder besser verstehen nach Katia Saalfrank – Modul 1

In diesem Kurs lernen Eltern wesentliche Grundlagen der kindlichen Entwicklung und können so schon nach nur wenigen Kurseinheiten ganz praktisch mit neuen Handlungsalternativen im eigenen Familienalltag ganz neue Lösungswege selbst entwickeln.
Modul 1 des Kurses richtet sich an Eltern mit Kindern ab 1 Jahr bis ins Vorschulalter. Es geht darum, das Verhalten von Kindern als wertvolles Signal zu begreifen und darunter liegende Gefühle zu lesen. Ganz nach dem Motto „Du bist okay, so wie Du bist" geht es darum, Bedürfnisse zu lesen, Erziehungsirrtümer aufzudecken, alte Glaubenssätze zu hinterfragen und neue Antworten und Lösungswege auf der emotionalen Ebene zu finden.
Wichtige neue und aktuelle Erkenntnisse und Informationen aus Entwicklungspsychologie, Säuglings- und Bindungsforschung und Evolutions- und Neurobiologie werden vermittelt. Der Kurs bietet darüber hinaus auch Zeit und Raum für Fragen sowie den Austausch untereinander und bestärkt Eltern so auf dem konstruktivem Weg zu einer bindungs- und beziehungsorientierten Elternschaft.
Bei Online-Anmeldung bitte unter Bemerkung: Name und Geburtsdatum des Kindes sowie die Krankenkasse angeben!
Bitte tragen Sie einen Mund-Nasen-Schutz.

O38632M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Constanze Stender-Siedlaczek · 6x
Mo, 26.10.–30.11.20 · 19:30–21:00 · 120,- € bzw. 180,- € als Paar

Musikalische Früherziehung – nach Musikgarten-Konzept

Für Kinder im Alter von 1,5–3 Jahren

Den Kindern wird zusammen mit einer Bezugsperson durch Singen von (Bewegungs-) Liedern und Sprechversen ihre musikalische Sprache näher gebracht. So entdecken sie mit Hilfe von einfachen Instrumenten aus dem Elementarbereich die Welt der Klänge.
Bitte mitbringen: Stoppersocken oder Hausschuhe, sowie einen Mund-Nasen-Schutz.

O38642M · Hildesheim · VHS, Pfaffenstieg 4-5 · N.N. · 8x
Di, 29.09.–01.12.20 · 16:00–16:45 · 58,10 €

O38641M · Hildesheim · VHS, Pfaffenstieg 4-5 · N.N. · 8x
Di, 12.01.–02.03.21 · 16:00–16:45 · 58,10 €

BABY- UND KLEINKINDSCHWIMMEN

Coronabedingt sind Gäste im Bewegungsbad nicht zulässig. Das Baby kann nur von einem Elternteil begleitet werden.

Babyschwimmen – Für ein Elternteil mit Babys von 4–12 Monaten

Mit Spiel und Spaß gewöhnen wir die Babys an das Wasser - selbstverständlich auf dem Arm von Mama oder Papa. Verschiedene Spielzeuge im Wasser wecken die Neugier der Babys. Darüber hinaus lernen die Säuglinge, sich im Wasser zu bewegen und zu strampeln, um ihrem Bewegungsdrang freien Lauf zu lassen.
Bitte bringen Sie Handtücher, Badebekleidung, Badeslipper eventuell einen Bademantel sowie ein Unterhöschen bzw. eine Schwimmwindel für Ihr Baby mit.
Bitte tragen Sie einen Mund-Nasen-Schutz.
Bei Online-Anmeldung bitte unter Bemerkung: Name und Geburtsdatum des Kindes sowie die Krankenkasse angeben!

O38647M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 7x
Do, 29.10.–17.12.20 · 09:30–10:00 · 49,- €

O38648M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 7x
Do, 29.10.–17.12.20 · 10:00–10:30 · 49,- €

O38649M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 7x
Do, 29.10.–17.12.20 · 10:30–11:00 · 49,- €

Bitte bringen Sie zu allen Präsenzkursen einen Mund-Nasen-Schutz mit.

© St. Bernward Krankenhaus Hildesheim · Hanuschke Fotografie

O38650M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 7x
Do, 29.10.–17.12.20 · 11:00–11:30 · 49,- €

O38651M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 7x
Do, 29.10.–17.12.20 · 15:45–16:15 · 49,- €

O38652M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 7x
Do, 29.10.–17.12.20 · 16:15–16:45 · 49,- €

O38653M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 7x
Do, 29.10.–17.12.20 · 16:45–17:15 · 49,- €

O38654M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 7x
Do, 29.10.–17.12.20 · 17:15–17:45 · 49,- €

O38655M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 7x
Fr, 30.10.–18.12.20 · 14:45–15:15 · 49,- €

O38656M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 7x
Fr, 30.10.–18.12.20 · 15:15–15:45 · 49,- €

O38657M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 7x
Fr, 30.10.–18.12.20 · 15:45–16:15 · 49,- €

O38658M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 7x
Fr, 30.10.–18.12.20 · 16:15–16:45 · 49,- €

O38659M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 10x
Do, 21.01.–25.03.21 · 09:30–10:00 · 70,- €

O38660M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 10x
Do, 21.01.–25.03.21 · 10:00–10:30 · 70,- €

O38661M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 10x
Do, 21.01.–25.03.21 · 10:30–11:00 · 70,- €

O38662M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 10x
Do, 21.01.–25.03.21 · 11:00–11:30 · 70,- €

O38663M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 10x
Do, 21.01.–25.03.21 · 15:45–16:15 · 70,- €

O38664M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 10x
Do, 21.01.–25.03.21 · 16:15–16:45 · 70,- €

O38665M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 10x
Do, 21.01.–25.03.21 · 16:45–17:15 · 70,- €

O38666M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 10x
Do, 21.01.–25.03.21 · 17:15–17:45 · 70,- €

O38667M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 10x
Fr, 22.01.–26.03.21 · 14:45–15:15 · 70,- €

O38668M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 10x
Fr, 22.01.–26.03.21 · 15:15–15:45 · 70,- €

Bitte bringen Sie zu allen Präsenzkursen einen Mund-Nasen-Schutz mit.

© Photocreo Bednarek · Stock.adobe.com

O38669M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 10x
Fr, 22.01.–26.03.21 · 15:45–16:15 · 70,- €

O38670M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 10x
Fr, 22.01.–26.03.21 · 16:15–16:45 · 70,- €

Bambinischwimmen – Für ein Elternteil mit Babys ab 1 Jahr

Spielerisch das nasse Element entdecken - für Babys ab ein Jahr bietet das Bambinischwimmen Spaß und viel Bewegung. Gemeinsam mit den Kleinen erkunden wir anhand leichter Gymnastikübungen den Auftrieb, Druck und Widerstand im Wasser. Die fließenden Bewegungen wirken sich positiv auf die Muskulatur und die Ausdauer und somit auf die Entwicklung Ihres Babys aus. Die körperliche Nähe im Wasser fördert zudem die Bindung zwischen Ihnen und Ihrem Kind.
Bitte bringen Sie Handtücher, Badebekleidung, Badeslipper, eventuell einen Bademantel sowie ein Unterhöschen bzw. eine Schwimmwindel für Ihr Kind mit.
Bei Online-Anmeldung bitte unter Bemerkung: Name und Geburtsdatum des Kindes sowie die Krankenkasse angeben!

O38671M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 7x
Fr, 30.10.–18.12.20 · 16:45–17:15 · 49,- €

O38672M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 7x
Fr, 30.10.–18.12.20 · 17:15–17:45 · 49,- €

O38673M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 7x
Fr, 30.10.–18.12.20 · 17:45–18:15 · 49,- €

O38674M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 10x
Fr, 22.01.–26.03.21 · 16:45–17:15 · 70,- €

O38675M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 10x
Fr, 22.01.–26.03.21 · 17:15–17:45 · 70,- €

O38676M · Hildesheim · St. Bernward Krankenhaus · Monika Cammerer · 10x
Fr, 22.01.–26.03.21 · 17:45–18:15 · 70,- €

ELTERNSCHULE IN ALFELD

Bitte bringen Sie zu allen Kursen in Alfeld einen Mund-Nasen-Schutz mit und tragen diesen nach Anweisung im jeweiligen Gebäude.

Musikalische Früherziehung – Musikmäuse

In diesen Kurs gehen Kinder im Alter von 2,5 Jahren bis zu 4 Jahren in Begleitung eines Elternteils (o. Großeltern) auf eine musikalische Reise. Gemeinsam erkunden wir die wunderbare Welt der Musik in Liedern, Versen, Finger- und Bewegungsspielen und lernen die ersten Musikinstrumente (Orff-Instrumente) kennen.

O38643S · Alfeld · VHS, Antonianger 6 · Annika Kunz · 7x
Mo, 14.09.–26.10.20 · 16:00–16:45 · 51,80 €

O38644S · Alfeld · VHS, Antonianger 6 · Annika Kunz · 7x
Mo, 14.09.–26.10.20 · 17:00–17:45 · 51,80 €

O38645S · Alfeld · VHS, Antonianger 6 · Annika Kunz · 8x
Mo, 07.12.20–01.02.21 · 16:00–16:45 · 58,10 €

O38646S · Alfeld · VHS, Antonianger 6 · Annika Kunz · 8x
Mo, 07.12.20–01.02.21 · 17:00–17:45 · 58,10 €

Bitte bringen Sie zu allen Präsenzkursen einen Mund-Nasen-Schutz mit.

© St. Bernward Krankenhaus Hildesheim · Hanuschke Fotografie

Wassergewöhnung für Babys von 3–12 Monaten

Wasser ist das Ur-Element des Menschen. Da diese Erfahrung bei Babys nicht so weit zurückliegt, möchten wir hier ansetzen und dem Baby die Freude am Wasser erhalten oder es wieder daran gewöhnen. Diese Angebote sind speziell für Babys im Alter von 3 bis 12 Monaten in Begleitung eines Elternteils.

O38679S · Alfeld · 7 Berge Bad · Susann Feth · 7x
Mi, 09.09.–04.11.20 · 14:45–15:15 · 47,70 €

Wassergewöhnung für Kleinkinder 1 + 2 Jahre

Spielend wird bei der Wassergewöhnung die Persönlichkeit Ihres Kindes gefördert, weil ganz neue Erfahrungen mit dem Auftrieb, Druck und Wasserwiderstand zu bewältigen sind. Dem Bewegungsdrang kann unter gymnastischen Gesichtspunkten freier Lauf gelassen werden.
Die Wassergewöhnung für Kinder wirkt sich positiv auf die gesamte Entwicklung Ihres Kindes aus. Gestärkt werden Ausdauer, Herzkreislauf und Muskulatur.

O38680S · Alfeld · 7 Berge Bad · Susann Feth · 7x
Mi, 09.09.–04.11.20 · 15:15–15:45 · 47,70 €

Erste Schwimmübungen für Kleinkinder von 2–3 Jahren

Ziele des Kurses sind die Fortsetzung der Wassergewöhnung, erste Schwimmbewegungen zu erlernen und sich evtl. ohne Schwimmhilfen im Wasser bewegen zu können. Spiel und Spaß kommen natürlich nicht zu kurz. Ein begleitender Elternteil muss mit in das Becken.

O38683S · Alfeld · 7 Berge Bad · Susann Feth · 7x
Mi, 09.09.–04.11.20 · 15:45–16:15 · 47,70 €

Erste Schwimmübungen für Kleinkinder ab 3 Jahre

Ziele des Kurses sind die Fortsetzung der Wassergewöhnung, erste Schwimmbewegungen zu erlernen und sich evtl. ohne Schwimmhilfen im Wasser bewegen zu können. Spiel und Spaß kommen natürlich nicht zu kurz. Ein begleitender Elternteil muss mit in das Becken.

O38690S · Alfeld · 7 Berge Bad · Susann Feth · 7x
Mi, 09.09.–04.11.20 · 16:15–16:45 · 47,70 €

FRAUENKLINIK (GEBURTSHILFE), KINDERKLINIK STELLEN SICH VOR

Die Geburtshilfe im St. Bernward Krankenhaus

Das geburtshilfliche Team im St. Bernward Krankenhaus versorgt seit vielen Jahrzehnten werdende Mütter und ihre Neugeborenen vor, während und nach der Geburt. Es ist uns wichtig, dass sich Mutter, Vater und das Kind oder die Kinder bei uns geborgen und gut aufgehoben fühlen. Auf Nachfrage stellen wir gern Familienzimmer zur Verfügung.

Vor der Geburt haben Sie die Möglichkeit, das St. Bernward Krankenhaus und das geburtshilfliche Team unter Leitung von Chefärztin Dr. Susanne Peschel und der leitenden Hebamme Andrea Katte kennenzulernen und sich mit unseren Räumlichkeiten vertraut zu machen, z.B. im Rahmen unserer Infoabende, Kreißsaalführungen und verschiedenen Sprechstunden. Unser Ziel ist es, dass Sie entspannt und mit einem guten Gefühl zur Entbindung kommen.

Wir legen Wert auf eine familienorientierte und dem Risiko angemessene Geburtshilfe. Im Mittelpunkt steht für uns die Förderung der physiologischen, also der natürlichen Geburt. Unsere erfahrenen, hochqualifizierten Hebammen und Geburtshelfer begleiten Ihren Übergang vom Ende der Schwangerschaft zu Beginn der Geburt, geben Ihnen Zeit und Raum, sich mit Ihren Wehen vertraut zu machen und unterstützen Sie dabei, Ihre ideale Wehenposition zu finden. Unsere Ärzte werden lediglich bei Abweichungen vom natürlichen Geburtsverlauf oder auf Ihren Wunsch hinzugezogen.

Mit sanften Heilmethoden wie Homöopathie, Akupunktur oder Aromatherapie etc. stärken wir Sie für Ihre Wehenarbeit. Wünschen Sie eine Schmerzerleichterung, steht Ihnen diese rund um die Uhr zur Verfügung. Für die ersten Wehen bieten wir Ihnen zudem gern unseren Latenzphasenraum an.

Bei der Betreuung von Risikoschwangerschaften und -geburten sind wir in unserem Perinatalzentrum der höchsten Versorgungsstufe (Level 1) mit hoher Fachkompetenz und modernster medizinischer Technik rund um die Uhr für Sie da. Bereits während der Schwangerschaft bieten wir in unserer Abteilung für Pränatalmedizin unter der Leitung von Dr. Heike Effler kompetente Beratung sowie weiterführende diagnostische Untersuchungen an.

Die persönliche Stillberatung ist uns ein wichtiges Anliegen. Nach der Geburt können Sie bei Fragen und zur Unterstützung unsere kostenlose Stillambulanz in Anspruch nehmen.

Große Medizin für kleine Patienten

Unsere Kinderärzte sind bei Bedarf zu jeder Tages- und Nachtzeit für Sie da und kommen täglich zur Visite zu Ihnen auf die geburtshilfliche Station. Auch die zweite Vorsorge-Untersuchung (U2) findet in der Regel noch während Ihres Aufenthaltes im St. Bernward Krankenhaus statt.

Unsere Kinderklinik unter der Leitung von Chefärztin Prof. Dr. Sylvia Glüer und Chefarzt Dr. Alexander Beider betreut Kinder und Jugendliche von 0 bis 18 Jahren auf zwei eigens dafür eingerichteten Stationen. Frühgeborene und erkrankte Neugeborene werden auf unserer modernen Frühgeborenen- und Kinderintensivstation mit insgesamt 20 Betten rund um die Uhr kompetent und liebevoll versorgt.

Zum Team unserer Kinderklinik zählen neben den eigenständigen Kliniken für Kinder- und Jugendmedizin, Kinderchirurgie und Neonatologie auch Spezialisten für kindliche Herz- sowie neurologische Erkrankungen (z.B. Epilepsie) sowie für Stoffwechsel-, Verdauungs- und Entwicklungsstörungen. Unser zertifiziertes Diabetes-Team bietet zudem regelmäßige Schulungen für Kinder im Schulalter an und berät Eltern von erkrankten Kindern.

In unserer Tagesklinik finden Untersuchungen und Behandlungen statt, die ambulant nicht möglich sind, die aber auch keiner vollstationären Aufnahme bedürfen: Die Kinder kommen morgens und werden nachmittags wieder nach Hause entlassen.
Die Ärzte und Pflegekräfte unserer Kinderklinik arbeiten Hand in Hand mit Physio-, Logo- und Ergotherapeuten, Ernährungsberatern, Psychologen, Erzieherinnen und Klinikclowns.

BabyKar – kostenloser Fahrservice

Für frischgebackene Mütter und Eltern, die nach der Entlassung keine Fahrmöglichkeit nach Hause haben, bieten wir in Kooperation mit dem Malteser Hilfswerk unseren kostenlosen Fahrservice „BabyKar“an. Wer mit dem „BabyKar“ – das selbstverständlich mit einer Babyschale ausgerüstet ist – nach Hause gebracht werden möchte, sollte sich bitte mindestens zwei Stunden vorher bei den Pflegekräften auf der jeweiligen Station oder im Kreißsaal melden. Diese organisieren dann gern den Transport für Sie.

www.agentur-wolski.de

Weitere Kurse
zu Gesundheitsthemen finden Sie
in den aktuellen Regionsheften
der Volkshochschule Hildesheim oder
im Internet unter www.vhs-hildesheim.de

vhs 100 Jahre Wissen teilen

1919 – 2019
Volkshochschule
Hildesheim

Anmeldung

VHS Hildesheim gGmbH
Pfaffenstieg 4–5
31134 Hildesheim
Tel. 05121 9361-111
Fax 05121 9361-199
E-Mail: info@vhs-hildesheim.de

Beratung

St. Bernward Krankenhaus GmbH
Treibestraße 9
31134 Hildesheim
Tel. 05121 90-1605
E-Mail: giz@bernward-khs.de

© ©Miramiska · stock.adobe.com