GPR Klinikum Rüsselsheim
August-Bebel-Straße 59
65428 Rüsselsheim am Main
www.gp-ruesselsheim.de

Frauenklinik
Chefarzt Prof. Dr. med. Eric Steiner
Telefon: 06142 88-1316
Telefax: 06142 88-1223
E-Mail: frauenklinik@gp-ruesselsheim.de

Klinik für Kinder- und Jugendmedizin
Chefärztin Dr. med. Christiane Wiethoff
Telefon: 06142 88-1391
Telefax: 06142 88-1491
E-Mail: kinderklinik@gp-ruesselsheim.de

Kreißsaal

Telefon:
06142 88-1448

ELTERNSCHULE

GPR **MUTTERKIND**ZENTRUM

– Eingeschränktes Angebot –
bedingt durch die aktuellen Corona Regeln

GPR **Gesundheits- und Pflegezentrum Rüsselsheim gemeinnützige GmbH Klinikum**

Hinweise beachten

Kursprogramm – 2. Halbjahr 2022

Hinweise beachten

Inhalt

Vorwort S. 3

Vor der Geburt
Anmeldung zur Geburt S. 4
Elterninformationsabend inkl. Kreißsaalführung S. 5
Beratung durch unsere Babylotsin S. 6
Wassergymnastik/Entspannung für Schwangere S. 7

Nach der Geburt
Müttercafé S. 8
Baby- und Kleinkinderschwimmen S. 9
Kindernotfallseminar S. 10
Online-Videovorträge S. 11

MUTTERKINDZENTRUM im GPR Klinikum

Liebe Leserin, lieber Leser,

die Geburt ist ein großer Schritt in eine neue Lebensphase für die Eltern und natürlich auch für das Neugeborene.
Mit unserer Elternschule bieten wir Ihnen die Möglichkeit, sich durch eine Vielzahl von geeigneten Kursen auf die Geburt und die Zeit danach vorzubereiten.
Neben all den Erfahrungen, welche Sie bei den Kursen gewinnen können, bietet sich Ihnen die Gelegenheit, unser **MUTTERKIND**-ZENTRUM mit allen dazugehörigen Räumlichkeiten, wie Kreißsaal und Wochenstation sowie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter kennenzulernen.
Durch Informationen zu Schwangerschaft, Geburt und die erste Zeit mit Ihrem Kind sowie mit Gesprächen in der Gruppe wollen wir Unsicherheiten vor der Geburt abbauen, sodass Sie die Geburt als besonderes Ereignis erleben können.
Das Team der Elternschule des GPR **MUTTERKIND**ZENTRUMS begleitet Sie während der Schwangerschaft bis zum sechsten Lebensjahr Ihres Kindes, um Ihnen das Hineinwachsen in die Elternrolle zu erleichtern.

Unser Ziel ist es, Ihnen Sicherheit im Umgang mit Ihrem Baby bzw. Kleinkind zu vermitteln und dadurch Ihr Selbstvertrauen zu stärken.

Prof. Dr. Eric Steiner
Chefarzt der Frauenklinik

Dr. Christiane Wiethoff
Chefärztin der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin

Anmeldung zur Geburt

Die Anmeldung gibt Ihnen Gelegenheit, alle wichtigen Fragen zu unserer Klinik zu stellen und uns somit besser kennenzulernen und dem Team des GPR **MUTTERKIND**ZENTRUMs die Möglichkeit, alle wichtigen Daten schon vor Beginn der Wehen in Ruhe von Ihnen zu erfahren. Bei Fragen und Problemen rund um die Geburt beraten unsere Hebammen Sie gerne. Bei Bedarf steht auch ein Arzt für weitere Fragen zur Verfügung.

Zeitpunkt:	ab der 34. Schwangerschaftswoche
Termine:	Montag – Freitag
Uhrzeit:	9.00 – 13.00 Uhr
Ort:	derzeit nur telefonisch
Ansprechpartner:	Hebammenteam der GPR Frauenklinik
Anmeldung:	derzeit nur telefonisch
Kontakt:	Telefon: 06142 88-1448

Aktuell wird die Anmeldung zur Geburt nur telefonisch angeboten

Bitte halten Sie zur Anmeldung der Geburt Ihren Mutterpass bereit!

Elternschule – interessante Kurzvorträge

Hinweis beachten

Wir bieten Ihnen derzeit eine Online-Auswahl unserer Kurzvorträge von ausgewählten Experten zu verschiedenen relevanten Themen rund um das Kind. Unsere Themenliste finden Sie auf Seite 11 dieser Broschüre.

Elterninformationsabend mit Kreißsaalführung

Sie möchten mehr über die Möglichkeiten der Entbindung, das GPR **MUTTERKIND**ZENTRUM Rüsselsheim oder über die Geburt im Allgemeinen erfahren?

Aktuell finden unsere Elterninformationsabende vor Ort leider NICHT statt.

Online-Videovorträge Geburtshilfe GPR Klinikum

Unsere Video-Vorträge ersetzen derzeit unsere Elterninformationsabende. Wir nehmen Sie inhaltlich mit auf die Reise Ihrer anstehenden Geburt Ihres Kindes und die Zeit danach.

- Vor und während der Geburt
- Auf der Wochenstation
- Die werdenden Väter
- Vorstellung der Kinderklinik

Durch **Anklicken der Links** werden Sie auf die Plattform www.youtube.com (externe Website) weitergeleitet. Beachten Sie hierzu bitte unseren Datenschutzhinweis.

Beratung durch unsere Babylotsin

Unsere Babylotsin steht Ihnen im GPR Klinikum bereits ab Ihrer Anmeldung zur Geburt und direkt nach der Entbindung zur Seite. Ihre Aufgabe ist es, Familien zu beraten und in die vorhandenen Netzwerke früher Hilfen zu „lotsen". Durch eine rasche Kontaktaufnahme sollen Probleme, wie ungeklärte Formalitäten, eine nicht geregelte Nachsorge, psychische Probleme der Mutter oder familiäre Konfliktsituationen, in Angriff genommen werden.

„Das Programm „Babylotsin" schließt die Lücke zwischen Gesundheitssystem und Familienhilfe zum Wohle des Kindes. Das Programm soll junge Familien stabilisieren und sie dazu befähigen, ihr Leben selbstständig zu gestalten.

Termine:	nach Vereinbarung
Ansprechpartner:	Kaja Maiwert-Voß
Anmeldung:	bei der Geburtsanmeldung per Fragebogen sowie zu einem späteren Zeitpunkt nach telefonischer Vereinbarung oder per E-Mailkontakt.

Eine Unterstützung durch unsere Babylotsin ist freiwillig und ein kostenfreier Service des GPR Klinikums.

i

Babylotsin Kaja Maiwert-Voß
Telefon: 0172 6278246 oder 06142 88-1775
E-Mail: maiwert@gp-ruesselsheim.de

Wassergymnastik/Entspannung für Schwangere

Dieser Kurs eignet sich für alle Frauen, die in der Schwangerschaft

- aktive Bewegung suchen
- Ischiasbeschwerden oder Kreuz- und Rückenschmerzen haben
- Verspannungen im Hals-, Schulter- und Nackenbereich verspüren
- sich einfach entspannen wollen und in fortgeschrittener Schwangerschaft in ihrer Bewegung eingeschränkt sind.

Zeitpunkt:	ab der 20. Schwangerschaftswoche
Termine:	einmal wöchentlich
Uhrzeit:	bitte telefonisch erfragen
Ort:	GPR Therapiezentrum PhysioFit im GPR Klinikum
Kursleitung:	NN
Kursdauer:	6 Termine (1 Nachholstunde ist möglich)
Kursgebühr:	90,– Euro
Anmeldung:	Telefon: 06142 88-1419

i

Vor Kursbeginn sollten Sie mit Ihrer betreuenden Gynäkologin oder Ihrem Gynäkologen absprechen, ob Wassergymnastik für Sie empfehlenswert ist!

Hinweis beachten

Müttercafé

Mütter (und auch Väter) können sich bei Kaffee und Kuchen mit anderen Eltern ungezwungen austauschen, während die Kinder miteinander spielen und Spaß haben. Die Leiterinnen stehen gerne mit Rat zur Seite. In der Regel ist auch ein(e) Kinderarzt/-ärztin anwesend und gibt wertvolle Informationen zu kind- und elternrelevanten Themen weiter.

Zeitpunkt:	von 0 bis 2 Jahren
Termine:	dienstags, in geraden Kalenderwochen

Aktuell kann das Müttercafé leider noch NICHT durchgeführt werden
Änderungen hierzu finden Sie in der Presse!

Uhrzeit:	14.30 – 16.30 Uhr
Ort:	Bewegungsforum im GPR Klinikum
Kursleitung:	Sandra Rohrbach und Monja Giebe, Kinderkrankenschwestern
Anmeldung:	nicht erforderlich

i

Bitte bringen Sie dicke Socken oder Hausschuhe mit, da der Raum nicht mit Straßenschuhen betreten werden darf.

Baby- und Kleinkindschwimmen

- Förderung von Motorik und Koordinationsfähigkeit der „Kleinen“
- Spielerische Vertrautheit mit dem Element Wasser
- Förderung einer vertrauensvollen Eltern-Kind-Beziehung
- Schwimmen für Kinder mit autistischem Verhalten

Zeitpunkt:	ab 3 Monate bis max. 6 Jahre
Termine:	einmal wöchentlich
Uhrzeit:	bitte telefonisch erfragen
Kursstart:	bitte telefonisch erfragen
Ort:	GPR Therapiezentrum PhysioFit im GPR Klinikum
Kursleitung:	bitte telefonisch erfragen
Kursdauer:	8 Termine (1 Nachholstunde ist möglich)
Kursgebühr:	120,– Euro
Anmeldung:	Telefon: 06142 88-1419

i

Innerhalb des Kleinkinderschwimmens können unsere kleinen Teilnehmer das Seepferdchen-Abzeichen erlangen.

Kindernotfallseminar für Eltern und Familienangehörige

Das Programm umfasst den Theorieteil „Kleine Notfälle“ (u. a. Fieber, Ohrenschmerzen, Bauchschmerzen, Durchfall, Erbrechen, Zeckenstich) inkl. Fragerunde sowie den Theorie- und Praxisteil „Großer Notfall“ (Wiederbelebung mit Herzdruckmassage und Mund-zu-Mundbeatmung, Fremdkörperentfernung aus der Luftröhre) und eine 30-minütige Pause.

Ort:	GPR Klinikum
Termine:	09.09./11.11.
Uhrzeit	17.30 – 20.30 Uhr
Referent:	Dr. med. Michael Polz, Leitender Oberarzt Klinik für Kinder- und Jugendmedizin, GPR Klinikum
Gebühr:	• Einzelpersonen 23,– Euro • Paare 40,– Euro Die Gebühr ist am Veranstaltungstag bar zu entrichten.
Anmeldung:	Onlineanmeldung über Kontaktformular im Bereich Karriere/Fort-und Weiterbildung www.gp-ruesselsheim.de

VIACTIV-Versicherte können sich die Kursgebühr nachträglich durch Einreichung der Teilnahmebescheinigung erstatten lassen.

Online-Videovorträge Elternschule

Hinweis beachten

Unsere Video-Vorträge ersetzen derzeit unsere Elternschule. Wir nehmen Sie inhaltlich mit auf die Reise mit Ihrem Neugeborenen und Ihrer anschließenden gemeinsamen Zeit.

- Bindung - Entwicklung - Stillen
- Sicherheit für das Baby zuhause
- Geld für das Kind - Wer unterstützt was und wie?
- Was ist normal bei Neugeborenen?
- Ernährung im Kleinkindesalter

Durch **Anklicken der Links** werden Sie auf die Plattform www.youtube.com (externe Website) weitergeleitet. Beachten Sie hierzu bitte unseren Datenschutzhinweis.

Bis auf Weiteres entfallen alle Vorträge & Kreißsaalabende
Änderungen hierzu finden Sie auf unserer Internetseite!