

Städtische Kliniken Neuss

**Lukaskrankenhaus GmbH**

Akademisches Lehrkrankenhaus der Heinrich-Heine-Universität Düsseldorf

### **MENSCHEN(S)KINDER**

„Rund um die Geburt“ im „Lukas“  
1. Halbjahr 2010

Frauenklinik – Infotelefon: Frau  
Ehrentraut,  
Tel.: 02131 – 888 2506

### **„Schwangerschaft und Geburt“**

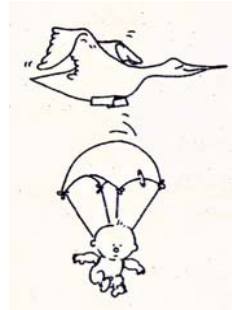
Vortrag von Prof. Dr. Schnürch  
und anschließendes Gespräch mit  
einem Anästhesisten unserer Klinik  
über Schmerzerleichterung unter der  
Geburt.

**Dienstag, 19.00 Uhr am  
13.4.10, 8.6.10**

**jeweils anschließend um ca. 20.15 Uhr**  
informiert Sie Frau Schulz

### **„Rund um das Stillen“**

Diese Veranstaltungen finden jeweils im  
Hörsaal des Lukaskrankenhauses  
statt, sind kostenfrei und eine  
Anmeldung ist nicht erforderlich.



### **Anmeldung zur Geburt**

**montags und donnerstags  
zwischen 12.30 und 14.30 Uhr**  
Bitte melden Sie sich im Kreißsaal!

### **Kreißsaalführung**

**Jeden Tag, auch am Wochenende,  
zwischen 14.00 und 19.00 Uhr**  
nach vorheriger telefonischer  
Absprache mit dem Kreißsaal, Tel.-Nr.:  
02131 – 888 2507

### **Schwangerschaftsgymnastik**

bei Hebamme Heike Schulz,  
Gymnastik und Atemübungen ab der  
28.SSW,  
werden, in diesem fortlaufenden und  
kostenfreien Kurs, vermittelt. Bitte ein  
größeres Handtuch, Socken und  
bequeme Kleidung mitbringen.

**donnerstags: 17:00 – 18:30 Uhr**

**oder 18:30 – 20:00 Uhr**

Geburtsvorbereitungsraum in der  
Kinderklinik,  
2. Etage, keine Anmeldung erforderlich

### **Geburtsvorbereitende Akupunktur**

ab der 36. SSW,  
**montags: 14.00 Uhr**  
im Geburtsvorbereitungsraum in der  
Kinderklinik, 2. Etage,  
€ 15,- pro Sitzung, keine Anmeldung  
erforderlich

### **Aquagymnastik für Schwangere Bewegung im Wasser**

5.3.-16.4.10 Anna Monzel  
30.4.-4.6.10 Anna Monzel

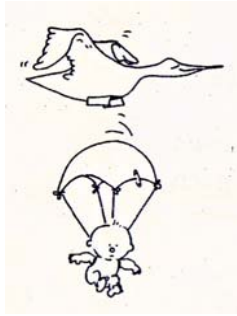
### **Geburtsvorbereitungskurse für Frauen am Vormittag**

Termine nach Absprache mit  
Katrin Rübel

### **Geburtsvorbereitungskurse für Paare**

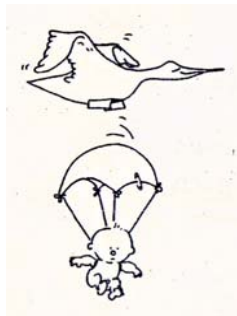
dienstags, 7 x 2 Stunden

**02.3. - 13.4.10** Brunhild Sembene  
**20.4. - 01.6.10** Joanna Fuchs  
**08.6. - 20.7.10** Brunhild Sembene



### Wochenend – Paarkurse

10. - 11.04.10	Katrin Rübel
08. - 09.05.10	Jana
29. - 30.05.10	Ackermann Ruth Bernards
19. - 20.06.10	Katrin Rübel
10. - 11.07.10	Suzanne Scott



### Rückbildungsgymnastik

7 Termine á 90 Minuten am  
Dienstagnachmittag,  
Bitte melden Sie sich kurz nach der  
Geburt für einen Kurs an!

**30.03.- 11.05.10** Sina Schuster

### Rückbildung mit Babymassage

7 Termine am Mittwochvormittag,

**25.02. – 08.04.10** Katrin Rübel

**15.04. – 27.05.10** Katrin Rübel

### Rückbildungsfitness

Ab dem 3.Monat nach der Geburt,  
Rückbildung für Fortgeschrittene (Bauch,  
Beine, Po intensiv)

6 Termine á 90 Minuten,  
Termine nach Absprache mit Frau  
Kopsch

### Säuglingspflege und -ernährung

**Jeden 3. Mittwoch im Monat**

informiert Sie hierzu

Kinderkrankenschwester

Frau Köster

**von 17.30 – 18.30 Uhr**

im Geburtsvorbereitungsraum in der

Kinderklinik, 2. Etage

( kostenfrei, keine Anmeldung  
erforderlich )

### Babymassage

**6x mittwochs je 1,5 Stunden**

Dieser Kurs wird nach individueller

Terminabsprache angeboten

(auch Einzelbegleitung möglich!)

Anmeldung bei Alexandra van Megen

*Wir bitten Sie, sich bei den  
jeweiligen*

*Kursleiterinnen frühzeitig für die  
entsprechenden Kurse  
anzumelden!*

Die Kosten für die Kurse werden von den  
Krankenkassen übernommen.

Keine Kostenerstattung erfolgt für den

Kurs „Rückbildungsfitness“ und  
„Aqua-gymnastik“ sowie generell für den  
Partner!

Telefonliste

(\* diese Hebammen betreuen Sie  
auch im Wochenbett)

Jana Ackermann	02131- 6653228*
Ruth Bernards	02166- 6876944*
Joanna Fuchs	02131- 3132219
Katja Jung	0178-5195117*
Sabine Kopsch	02131- 7391225*
Alexandra van Megen	02131-1513996
Anna Monzel	02131- 7420621*
Ines Rabenstein	02131- 3679382*
Katrin Rübel	0211- 33679464*
Karina Rudolph	02131- 3861665*
Suzanne Scott	02182- 8275504*
Brunhild Sembene	02131-4029970
Sina Schuster	02131- 1257692*
Katharina Langhagen	0172 - 1486276*