

# ANGEBOTE FÜR ELTERN

## Kurse

Alle Kurse finden im 3. Stock im Kursraum gegenüber dem Kreißsaal statt. Geburtsvorbereitungs- und Rückbildungskurse werden von den Krankenkassen erstattet.

Telefonische Anmeldung bitte über die (069) 95 33-22 69.

Hier erreichen Sie zunächst den Anrufbeantworter des Hebammenteams. Bitte haben Sie Verständnis, dass Ihr Anruf nicht persönlich entgegengenommen werden kann. Sprechen Sie Ihr Anliegen oder Ihre Anfrage auf Band. Wir melden uns bei Ihnen, sobald es die Kreißsaal-Situation ermöglicht.

Bei wichtigen geburtshilflichen Fragen und zur Terminabsprache für die Geburtsanmeldung und die Wochenbett-sprechzeiten rufen Sie uns direkt auf dem Kreißsaal-Telefon an (069) 95 33-22 34.

## Infoabende

Jeweils am zweiten Donnerstag im Monat um 19.00 Uhr in der Aula im AGAPLESION MARKUS KRANKENHAUS (ab Haupteingang ausgeschildert). Keine Anmeldung erforderlich.

## Anfahrt

### Mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

- Straßenbahn Linie 16
  - Buslinien 34 und 39
- Haltestelle: MARKUS KRANKENHAUS

### Mit dem Auto:

- Von Norden und Osten kommend auf die A 661, Abfahrt Heddernheim, auf Rosa-Luxemburg-Str., Abfahrt Bockenheim/MARKUS KRANKENHAUS
- Von Süden und Westen kommend auf A5, am Nord-West-Kreuz Abfahrt Miquelallee, Abfahrt Ginnheim, Beschilderung zum MARKUS KRANKENHAUS

AGAPLESION MARKUS KRANKENHAUS  
Wilhelm-Epstein-Str. 4, 60431 Frankfurt  
Kreißsaal: T (069) 95 33-22 34  
[www.fdk.info](http://www.fdk.info)



AGAPLESION  
MARKUS KRANKENHAUS

## RUND UM DIE GEBURT

Kursangebote im  
AGAPLESION MARKUS KRANKENHAUS

[www.fdk.info](http://www.fdk.info)



# MIT LIEBE ZUM LEBEN



## Akupunktursprechstunde bei Schwangerschaftsbeschwerden

Akupunktur hilft Beschwerden zu lindern und den Körper in seinem natürlichen Vorgängen zu unterstützen. Nach telefonischer Terminvereinbarung.

### Geschwisterkurs

Durch spielerisch praktische Übungen erlernt das Geschwisterkind den Umgang mit dem Neugeborenen. Für Geschwisterkinder ab 3 Jahre. Die Kurse finden auf Anfrage ca. alle drei Monate statt.

### Die Hebammen

Simone Eck, Claudia Proszowski, Christin Hoffmann, Kaja Escher, Sabine Sauter, Anna Büscher, Anika Hanisch, Christine Zachmann und Susanne Scharbert.

### Geburtsvorbereitende Akupunktur

Ab der 36. SSW einmal wöchentlich im Kreißaal (Keine Anmeldung erforderlich).

Dienstag: 11:45 Uhr

Mittwoch: 14:15 Uhr

Donnerstag: 18:00 Uhr

**Wir freuen uns über ihre Teilnahme!**

**Ihr AGAPLESION MARKUS KRANKENHAUS**

## Vor der Geburt

Werdende Mütter und auch Väter, die sich optimal auf die Geburt und die erste Zeit mit dem Neugeborenen vorbereiten wollen, können aus verschiedenen Angeboten auswählen.

### Hebammensprechstunde

Persönliche Beratung bei Schwangerschaftsbeschwerden und individuelle Beratung rund um Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett auf deutsch und englisch. Nach telefonischer Terminvereinbarung.

### Geburtsvorbereitung

Fortlaufende Kurse (ab der 28. SSW), Wochenend-Kurse und Crash-Kurse für Frauen und Paare auf deutsch und englisch.

### Hatha-Yoga für Schwangere

Entspannende Bewegungs- und Atemübungen.

### Geburtsanmeldung

Ab der 35. SSW nach telefonischer Terminabsprache.

### Säuglingspflegekurs

Tipps und Übungen zum Umgang mit den Neugeborenen: Handling, Wickeln, Pflege, Ausstattung und vieles mehr.

## Nach der Geburt

Nach der Entbindung beginnt ein völlig neuer Lebensabschnitt. Damit Mütter nach der Geburt schnell wieder fit sind, um die Zeit mit ihrem Säugling zu genießen, bieten wir individuelle Betreuung bzw. Gruppenkurse.

### Nachsorge

Auf Anfrage übernehmen wir die Wochenbettbetreuung zu Hause oder helfen Ihnen bei der Suche nach einer Hebamme.

### Wochenbettsprechstunde

Wenn Sie keine Hebamme haben, die Sie im Wochenbett betreut, können Sie sich in unserer Wochenbettsprechstunde vorstellen. Bitte erfragen Sie telefonisch die aktuellen Termine.

### Rückbildungsgymnastik

Aufbauendes Beckenboden- und Muskeltraining mit und ohne Baby ab 6-8 Wochen nach der Geburt.

### Babymassage mit Rückbildungsgymnastik

Sanfte Berührung und Massage für und mit dem Baby, anschließend Rückbildungsgymnastik ab 10 Wochen nach der Geburt.

### Rückenfitness und Pilates

Für junge Mütter.