



Herzlich willkommen auf unserem Newsletter

Wir möchten Sie gerne über folgende Themen informieren:

1. Frühlingsfest zum Muttertag mit Kinderfrühstück im Geburtshaus am 8. Mai
2. Babymassage und Rückbildung
3. Tragende Bindung
4. Mi(l)chzeit, neue Zeiten !!!!! 10.00 - 12-00 Uhr
5. Neue 30-Minuten-Massage-Angebote für nur 25 Euro

Übrigens, uns gibt es am 1. Oktober schon 10 Jahre, Juhuuuu

1. Frühlingsfest zum Muttertag mit Kinderfrühstück im Geburtshaus am 8. Mai

Am **8.05.2011** von 9 - 12 Uhr öffnen wir wieder unsere Türen für ein großes Kinderfrühstück mit Eltern, Großeltern und anderen lieben Menschen. An diesem Tag sollen vor allem die Mamas entlastet werden und einen schönen Vormittag erleben.

Preise: Erwachsene 10 Euro
Kinder ab 6 Jahren 5 Euro
Kinder bis 6 Jahren frei

Um Anmeldung wird gebeten (Kontakt s.u.)

2. Babymassage und Rückbildung

Indische Babymassage und sanfte aber gezielte Beckenbodengymnastik gemeinsam für Mutter und Kind ab der 6. Lebenswoche des Kindes.

Die Bedeutung der Babymassage liegt in der besonderen Art der intensiven und liebevollen Berührung.

Sie stärkt die Beziehung zwischen Eltern und Kind, fördert das Selbstbewusstsein, stärkt das Immunsystem und die Muskulatur, hilft bei Bauchweh, Krämpfen, Verdauungsproblemen und vielem mehr.

Im Anschluss daran kommt die Mutter zu ihrem Recht mit gezielten Rückbildungsübungen für Beckenboden und Bauchmuskulatur.

Leitung: Lisa Borghorst, Hebamme

Dienstags, 9:30 - 11:15 Uhr, 6 x 1,5 Std.

Gebühr: € 76,00

bei Kassenzuzahlung Eigenanteil: € 25,00, incl. Öle

Beginn: 26.04.2011

3. Tragende Bindung

Tragen im Tuch oder einer Tragehilfe!?

Babys lieben entspannte Nähe und Kontakt. Eltern auch! Im täglichen Miteinander kann das Tragen hilfreich eingesetzt werden, um die Bedürfnisse von Mutter (Vater) und Kind gleichermaßen zu befriedigen. Voraussetzung ist eine gute Tragetechnik, die auf Alter und Entwicklung des Kindes sowie auf Belastbarkeit und Vorstellung der Tragenden abgestimmt sind. Im Kurs werden entsprechende Inhalte und Bindevarianten mit dem Tuch vermittelt. Auch gute Alternativen zum Tuch werden vorgestellt und können ausprobiert werden.

Kursleitung: Monika Hanßen, Elternberaterin, Krankenschwester, Mutter für Babys bis 3 Monate von 12 Uhr (Trageweisen für vorne)

für Babys ab 4 Monate von 15 Uhr (Trageweisen für Hüfte und Rücken)

Dauer: 1-3 Stunden je nach Teilnehmerzahl

Preis: 30,- €

Nächster Termin: 09.04.2011

Um Anmeldung wird gebeten

4. Mi(l)chzeit (Stillgruppe) Neue Zeiten!!!!

10.00 - 12.00 Uhr

Bei uns geht es um Babys Ernährung ab der 3. Lebenswoche mit Brust oder Flasche.

Wir sprechen über das Schlafen und beantworten alle Fragen, die sich im Alltag gerade am Anfang ergeben.

Und es geht uns um Sie und Ihr Befinden, was Ihnen hilft in diesem für Sie völlig neuen Leben zu recht zu kommen, mit allen seinen Höhen und Tiefen.

Hier finden Sie Mütter, denen es genauso geht wie Ihnen.

Im Austausch mit ihnen und unserer erfahrenen Gruppenleiterin **Stefanie Verhoeven**, finden sich schnell Antworten auf jede Frage.

Am **06. April** bietet Stefanie das Thema **Zeitmanagement: was tue ich eigentlich den ganzen Tag** an.

Am **20. April** geht es um **Wieviel Milch braucht mein Baby**.

Wir sind jeden Mittwoch von 10.00-12.00 Uhr für Sie da. Jede Mutter kommt so, wie sie und ihr Kind es zeitlich schaffen, ohne Anmeldung.
Kosten: 6 Euro, 10-er Karte 50 Euro
Telefonische Beratung: Stefanie Verhoeven, Tel. 02833 - 57 08 88

Es besteht auch die Möglichkeit einer Einzelberatung bei Stefanie Verhoeven. Bitte fragen Sie im Büro nach einem Termin

Wir freuen uns darauf, sie kennen zu lernen.

5. Neue Massageangebote

Ab sofort gibt es viele Massagen auch als 30 Minuten-Angebote, wie z. Bsp. die „Entspann-Dich-Massage“, die Klang-Massage nach Peter Hess und viele mehr für jeweils 25 Euro.

Fragen sie im Büro bei Frau Willen nach den aktuellen Preisen.

Oder wie wäre es z. Bsp. mit einer Schulter-Nacken-Rückenmassage?

Diese kostet bei einer Dauer von 20 Minuten 15 Euro und bei 30 Minuten 20 Euro.

Genießen sie diese Zeit und Ruhe, um Kräfte zu sammeln und Entspannung zu spüren.

Wir freuen uns auf sie.

Falls Sie für ein festliches Event (Taufe - Kommunion - Geburtstag etc.) einen schönen Rahmen suchen, sind Sie bei uns richtig.

Wir stellen unsere Räumlichkeiten für Festlichkeiten zur Verfügung.

Der große Garten und unsere Räume stehen natürlich auch für Kindergeburtstage zur Verfügung.

[www. Geburtshaus-Geldern.de](http://www.Geburtshaus-Geldern.de)

Harttor 48 · 47608 Geldern · Telefon 02831 977793 · Fax 02831 132330 · Mo-Do 10 bis 14 Uhr und Fr 10 bis 12 Uhr