

**KURSANGEBOT
ERLEBNIS GEBURT**



**WENN ES UM ALLES GEHT
PRIVATKLINIKGRUPPE HIRSLANDEN**

Beratung und Information –
Hirslanden Healthline T 0848 333 999

Hirslanden Klinik Aarau*

Klinik Beau-Site, Bern

Klinik Permanence, Bern

Salem-Spital, Bern*

AndreasKlinik Cham Zug*

Klinik Am Rosenberg,
Heiden

Clinique Bois-Cerf,
Lausanne

Clinique Cecil,
Lausanne*

Klinik St. Anna, Luzern*

Klinik Birshof,
Münchenstein Basel

Klinik Belair,
Schaffhausen

Klinik Stephanshorn,
St. Gallen*

Klinik Hirslanden, Zürich*

Klinik Im Park, Zürich*

Kursanmeldungen

Hirslanden Klinik Aarau
Sekretariat Geburtenabteilung
T +41 62 836 73 73
(Mo bis Fr, 8.00–16.00 Uhr)
babykurs.aarau@hirslanden.ch

**Akupunkturbehandlung
und Gebärsaalbesichtigung**

Hebammen Hirslanden Klinik Aarau
T +41 62 836 73 30

Hirslanden Klinik Aarau

Schänisweg
CH-5001 Aarau
T +41 62 836 70 00
F +41 62 836 70 01
klinik-aarau@hirslanden.ch

www.hirslandenbaby.ch
www.hirslanden.ch

* Klinik mit Geburtenabteilung

**SCHWANGERSCHAFT, WOCHENBETT UND DIE ZEIT NACH DER GEBURT
UNSER KURS-, BERATUNGS- UND DIENSTLEISTUNGSANGEBOT
AUF EINEN BLICK**

Die Geburt des eigenen Kindes ist eine tiefgreifende, emotionale Erfahrung im Leben junger Eltern. Die Veränderungen während der Schwangerschaft, die Vorbereitung auf den neuen Lebensabschnitt, die Geburt

selbst und die Zeit danach verursachen viele Fragen. Das Geburtenteam der Hirslanden Klinik Aarau unterstützt Sie während dieser Zeit gerne mit einem vielfältigen Dienstleistungsangebot.

Kurse

SCHWANGERSCHAFT	WOCHENBETT	NACH DER GEBURT
Geburtsvorbereitung	Wochenbettgymnastik	Rückbildungsgymnastik
Schwangerschaftsgymnastik	Babyhandling	Beckenbodentraining/-kurse
Säuglingskurs		Babymassage
		Grosselternkurse

Beratung / Dienstleistung

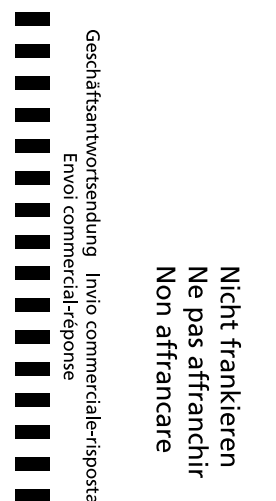
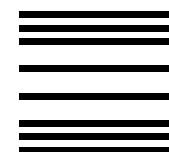
SCHWANGERSCHAFT	WOCHENBETT	NACH DER GEBURT
Akupunktur		
	Stillberatung	
Ernährungsberatung		
Physiotherapie/Akupunktmassage (APM)/Osteopathie		

**Weitere Informationsangebote der
Hirslanden Klinik Aarau**

- Informationsveranstaltungen für werdende Eltern
- Persönliches Gespräch mit einer Hebamme und individuelle Führung durch die Geburtenabteilung (nach telefonischer Voranmeldung – rund 1 Stunde vor dem gewünschten Termin)

Hinweise zur Anmeldung

Bei zu wenigen Anmeldungen behalten wir uns vor, den Kurs drei Tage vor Beginn abzusagen. Eine Anmeldung ist verbindlich. Bei einem Rücktritt ab 14 Tagen vor Kursbeginn wird die Kursgebühr in Rechnung gestellt.



Geschäftsantwortsendung Invio commerciale-risposta

Envoi commercial-réponse

Nicht frankieren
Ne pas affranchir
Non affrancare

Hirslanden Klinik Aarau
Sekretariat Geburtenabteilung
Schänisweg
5001 Aarau

<p>GEBURTS-VORBEREITUNG</p> <p>Die Hebammen der Hirslanden Klinik Aarau informieren Sie ausführlich über die Themen Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett.</p> <p>Kursinhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> – Unterstützung durch den Partner – Gebärpositionen – Umgang mit dem Geburtsschmerz – Vertrauen in die Fähigkeit zu gebären – Stillvorbereitung – Wochenbett <p>Beginn</p> <p>Ab der 21. Schwangerschaftswoche</p> <p>Dauer</p> <p>4 Lektionen à 90 Minuten, wochentags.</p> <p>Daten</p> <p>Der Kurs startet fortlaufend. Die detaillierten Daten erhalten Sie auf Anfrage.</p> <p>Anmeldung</p> <p>Die Platzzahl in den Kursen ist beschränkt. Bitte melden Sie sich frühzeitig an.</p> <p>1. und 2. Abend ohne Partner 3. und 4. Abend mit Partner (freiwillig)</p> <p>Ort</p> <p>Hirslanden Training, AZ Medienhaus, Bahnhofstrasse 41, Aarau</p> <p>Kleidung</p> <p>Bequeme Hosen, T-Shirt, Socken</p> <p>Kosten</p> <p>Paare: CHF 200.–</p>	<p>WEEKENDKURS GEBURTSVORBEREITUNG</p> <p>Erfahren Sie an einem Wochenende alle nützlichen Informationen und Tipps zu den Themen Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett.</p> <p>Dauer</p> <p>Samstag, 9.00–17.00 Uhr Sonntag, 9.00–15.00 Uhr</p> <p>Ort</p> <p>Seminarraum NOVA, Hirslanden Klinik Aarau</p> <p>Kosten</p> <p>Paare: CHF 490.–, inkl. Mittagessen.</p>	<p>SAMSTAGKURS GEBURTSVORBEREITUNG</p> <p>In diesem 2-Tageskurs erhalten Sie zusammengefasst alle Informationen, die für Sie und Ihr Baby wichtig sind.</p> <p>Dauer</p> <p>Die Daten erhalten Sie auf Anfrage. Die Kurszeiten sind von 9.30–12.45 Uhr</p> <p>1. Samstag ohne Partner 2. Samstag mit Partner (freiwillig)</p> <p>Ort</p> <p>Hirslanden Training, AZ Medienhaus, Bahnhofstrasse 41, Aarau</p> <p>Kosten</p> <p>Paare: CHF 200.–</p>	<p>SCHWANGER-SCHAFTS-GYMNASTIK</p> <p>Fit für die Geburt – Schwangerschaftsgymnastik entspannt Ihren Körper und Geist und bereitet Sie optimal auf das Geburtserlebnis vor.</p> <p>Kursinhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> – Stärkung des Körpergefühls – Bewegungs- und Entspannungsübungen – Atemübungen und Körpertraining <p>Beginn</p> <p>Ab der 21. Schwangerschaftswoche</p> <p>Dauer</p> <p>6 Lektionen à 50 Minuten</p> <p>Daten</p> <p>Der Kurs startet fortlaufend. Die detaillierten Daten erhalten Sie auf Anfrage.</p> <p>Anmeldung</p> <p>Die Platzzahl in den Kursen ist beschränkt. Bitte melden Sie sich frühzeitig an.</p> <p>Ort</p> <p>Hirslanden Training, AZ Medienhaus, Bahnhofstrasse 41, Aarau</p> <p>Kleidung</p> <p>Bequeme Hosen, T-Shirt, Socken</p> <p>Kosten</p> <p>CHF 120.–</p>
--	--	--	--

<p>SÄUGLINGSKURS</p> <p>Der Säuglingskurs bereitet Sie und Ihren Partner auf den Umgang mit Ihrem Kind vor.</p> <p>Kursinhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> – Schlaf- und Wachphasen des Kindes – Wickeln und Baden – Krankheiten in der ersten Zeit nach der Geburt – Informationen und Tipps zu Aussteuer und Babyapotheke <p>Dauer</p> <p>2 Lektionen à 2 Stunden, jeweils abends von 19 bis 21 Uhr</p> <p>Daten</p> <p>Die Kursdaten erhalten Sie auf Anfrage.</p> <p>Ort</p> <p>Seminarraum NOVA, Hirslanden Klinik Aarau</p> <p>Teilnehmende</p> <p>Einzelpersonen und Paare in einer Gruppe bis max. 16 Personen</p> <p>Leitung</p> <p>Christine Tomasi Kinderpflegerin</p> <p>Cornelia Stäbler Kinderpflegerin</p> <p>Kosten</p> <p>Paare: CHF 150.– Einzelpersonen: CHF 80.–</p>	<p>RÜCKBILDUNGS-GYMNASTIK</p> <p>Die Rückbildungsgymnastik trägt dazu bei, Strukturen, die während Schwangerschaft und Geburt belastet worden sind, wieder in Form und Funktion zu bringen.</p> <p>Kursinhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> – Straffung des Bindegewebes – gezieltes Muskelgruppentraining – Rückbildung schwangerschaftsbedingter Veränderungen – Prophylaxe von Senkungszuständen <p>Beginn</p> <p>Ab 6 Wochen nach der Geburt</p> <p>Dauer</p> <p>10 Lektionen à 50 Minuten</p> <p>Daten</p> <p>Der Kurs startet fortlaufend. Die detaillierten Daten erhalten Sie auf Anfrage.</p> <p>Ort</p> <p>Seminarraum NOVA, Hirslanden Klinik Aarau</p> <p>Anmeldung</p> <p>Die Platzzahl in den Kursen ist beschränkt. Bitte melden Sie sich frühzeitig an.</p> <p>Ort</p> <p>Hirslanden Training, AZ Medienhaus, Bahnhofstrasse 41, Aarau</p> <p>Kleidung</p> <p>Bequeme Hosen, T-Shirt, Socken</p> <p>Kosten</p> <p>CHF 200.–</p>	<p>GROSSELTERNKURS</p> <p>Werden Sie bald Grossmutter und/oder Grossvater oder ist ihr Enkelkind schon auf der Welt? Die Hirslanden Klinik Aarau bietet Ihnen einen Auffrischungskurs an und informiert Sie über die heutige Säuglings- und Kinderpflege.</p> <p>Kursinhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> – Säuglings- und Kinderpflege – Ernährung – Notfallsituationen – Familien früher – Familien heute – Rituale <p>Dauer</p> <p>4 Lektionen à 60 Minuten</p> <p>Daten</p> <p>Samstagkurs im Mai von 8.30–12.30 Uhr Wochentagskurs im November von 13.30–17.30 Uhr</p> <p>Anmeldung</p> <p>Die Platzzahl in den Kursen ist beschränkt. Bitte melden Sie sich frühzeitig an.</p> <p>Leitung</p> <p>Kinderpflegerinnen, Hirslanden Klinik Aarau</p> <p>Ort</p> <p>Seminarraum NOVA, Hirslanden Klinik Aarau</p> <p>Kosten</p> <p>Paare: CHF 90.– Einzelpersonen: CHF 60.–</p>
---	---	---

<p>BABYMASSAGE</p> <p>«Berührung bringt Haut an Haut, Körper an Körper und schafft das Gefühl, gewünscht und etwas Besonderes zu sein.» Schaffner</p> <p>Die Babymassage legt den Grundstein für körperliche, emotionale und seelische Harmonie. Es wird eine Verbundenheit angelegt, die wir ein Leben lang in uns tragen werden. Beim Massieren wird Liebe zum Ausdruck gebracht, Spannungen können gelöst werden. Die Bedürfnisse des Kindes werden besser verstanden.</p> <p>Kursinhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> – Technik und Theorie der Massage – Entspannungstechniken – Kindliche Entwicklung im Hinblick auf die Massage – Massage für unruhige Kinder, Kinder mit Koliken und besonderen Bedürfnissen – Massage mit dem älter werdenden Kind <p>Teilnehmende</p> <p>Mütter und Väter mit ihren Kindern in einer Gruppe bis max. 6 Kinder</p> <p>Leitung</p> <p>Gesa Reimann Hebamme und Kursleiterin für Babymassage</p>	<p>AKUPUNKTUR – VOR, WÄHREND UND NACH DER GEBURT</p> <p>Akupunktur ist eine alte, zuerst in China und Japan angewandte Heilmethode, bei der mit speziell dünnen Akupunkturadeln genau definierte Hautareale punktiert werden. Diese fast schmerzfreie Methode bewirkt die Wiederherstellung des Gleichgewichts im Körper, ermöglicht Krankheiten zu heilen und funktionelle Störungen zu beseitigen.</p> <p>Akupunktur während der Schwangerschaft</p> <p>Nach Absprache mit Ihrem Arzt (Voraussetzung) bieten wir begleitende Behandlungen bei Schlafstörungen, Oedemen, Sodbrennen, Erbrechen, Karpaltunnelsyndrom und als psychisch ausgleichende Anwendung, im Sinne von Rebalancierung, an.</p> <p>Akupunktur zur Geburtsvorbereitung</p> <p>Die Stimulation mit den Akupunkturadeln steigert den natürlichen Prozess der Muttermündreifung, die Wehen können dadurch effizienter wirken und oft die Geburtsdauer verkürzen (ab der 37. Schwangerschaftswoche).</p> <p>Eine ungefährliche Möglichkeit der Drehung des Kindes von Beckenendlage in Schädel- und Informationsunterlagen)</p> <p>am Fuss erwärmt (ab der 33. bis 35. Schwangerschaftswoche).</p> <p>Akupunktur während der Geburt</p> <p>Zur Schmerzlinderung, Entspannung, Wehenkoordination, gegen Plazentaablösungsstörungen, zur Dammvorbereitung.</p> <p>Akupunktur im Wochenbett</p> <p>(nach ärztlicher Absprache) Die Behandlungsmethode findet Anwendung bei Stillproblemen wie Milchstau, Schmerzen oder bei mangelhafter Milchbildung. Ebenso kann sie bei Rückbildungsbeschwerden eingesetzt werden. Zudem wirkt sie ausgleichend auf Körper und Seele.</p> <p>Leitung</p> <p>Hebammen, Hirslanden Klinik Aarau</p> <p>Daten</p> <p>Jeweils montags, bitte planen Sie pro Sitzung 30 bis 45 Minuten ein.</p> <p>Ort</p> <p>Gebärsaal, Hirslanden Klinik Aarau</p> <p>Kosten</p> <p>CHF 40.– pro Sitzung (Moxibustion) CHF 40.– pro Sitzung (Geburtsvorbereitende Akupunktur usw.)</p>
---	---

Wir freuen uns, Sie vor, während und nach der Geburt begleiten zu dürfen!

Alle Kurse sind auch auf unserer informativen Website aufgeführt. Sie können sich dort auch online anmelden.

www.hirslandenbaby.ch

KURSANMELDUNG

Ich möchte folgende Angebote der Hirslanden Klinik Aarau besuchen.
Bitte nehmen Sie mit mir Kontakt auf.

Geburtsvorbereitung Geburtstermin: _____

Weekendkurs Geburtsvorbereitung Wieviertes Kind: _____

Samstagkurs Geburtsvorbereitung Behandelnder Arzt: _____

Schwangerschafts-Gymnastik Kursbeginn möglichst ab: _____

Säuglingskurs

Rückbildungsgymnastik

Grosselternkurs

Babymassage

Akupunktur – Vor, während und nach der Geburt

ABSENDER

Name _____

Vorname _____

Strasse _____

PLZ/Ort _____

Telefon P _____

Telefon G _____

E-Mail _____

Datum _____

Unterschrift _____

Bei zu wenigen Anmeldungen behalten wir uns vor, den Kurs drei Tage vor Beginn abzusagen. Eine Anmeldung ist verbindlich. Bei einem Rücktritt ab 14 Tagen vor Kursbeginn wird die Kursgebühr in Rechnung gestellt.