



KONTAKT

Elternschule/Frau M. Esipova

Tel.: (0 40) 18 18-81 30 00

E-Mail: elternschule.altona@asklepios.com

TELEFONSPRECHSTUNDE

Mo. und Do.: 09:00 bis 15:00 Uhr



PERINATALZENTRUM LEVEL I



KURSÜBERSICHT FÜR DEN MUTTERPASS

SCHWANGERSCHAFT

- Informationsabend, jeden 1. und 3. Montag im Monat, 18.00 Uhr, Haupthaus, 2.OG, Hörsaal
 - Großelternabend
 - Ernährung in der Schwangerschaft
 - Anmeldung zur Geburt im PNZ/Aufnahme Info unter Tel.: (0 40) 18 18-81 16 94
 - Hebammensprechstunde
 - Yoga für Schwangere
 - Geburtsvorbereitungskurse
 - Geburtsvorbereitende Akupunktur
 - Geschwisterkurs
 - Erste Hilfe am Kleinkind
-

WOCHENBETT

- Rückbildung ohne Baby
 - Rückbildung mit Baby
 - Kangatraining mit Baby
 - Offene Stillgruppe
 - Laserbehandlung bei wunden Brustwarzen, Geburtsverletzungen und Kaiserschnitt
-

SÄUGLINGE

- Säuglingspflege
 - Babymassage
 - DELFI (Denken-Entwickeln-Lieben-Fördern-Individuell)
 - BabySignal
 - Musik & Bewegung (Rhythmik)
 - Beikost-Kochkurs
 - Die Krabbelmäuse
 - Osteopathie für Neugeborene, Termine nach Absprache mit Frau Neidhardt, Tel.: (01 51) 40 41 86 27
-