

# Angebote vor der Geburt

## Info-Abend für werdende Eltern:

**Ab sofort wieder jeden Montag 18:00 Uhr** (außer an Feiertagen) – mit Voranmeldung  
Treffpunkt: Wartebereich vor dem Geburtensaal, 1. Obergeschoss

Für eine bessere Planung und zur Wahrung der Hygiene- und Abstandsregeln bitten wir um **telefonische Voranmeldung** unter **Tel. +49 3727 99 1121+49 3727 99 1121**, da wir die Teilnehmerzahl begrenzen müssen bzw. ggf. mehrere Durchgänge anbieten. Der Eltern-Informationenabend findet jeden Montag um 18 Uhr statt. Dabei erhalten Sie allgemeine Informationen rund um Schwangerschaft und Geburt und es besteht die Möglichkeit, den Geburtensaal und die Station zu besichtigen und mit Hebammen, Kinderkrankenschwestern und Ärzten ins Gespräch zu kommen. Treffpunkt ist vor dem Geburtensaal im 1. Obergeschoss. Jede Schwangere kann zum Eltern-Info-Abend einen Gutschein für eine kostenfreie Babybauch-Fotografie mitnehmen!

---

## Geburtsvorbereitungskurs:

Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett sind eine große Veränderung im Leben von Frau und Mann. Im Geburtsvorbereitungskurs werden wir uns viel Zeit für das Baby im Bauch und die Mutter selbst nehmen.

Durch informative Gespräche, Schwangerschaftsgymnastik, Atem- und Entspannungsübungen bereiten wir Sie intensiv auf die Geburt vor. Das Wochenbett, die Ernährung und Pflege des Babys werden ebenfalls Themen unseres Kurses sein. Des Weiteren besichtigen wir gemeinsam die Entbindungsklinik in Mittweida.

Unser Geburtsvorbereitungskurse finden meist einmal wöchentlich in den Räumlichkeiten der Elternschule im Krankenhaus Mittweida und/oder in den Praxisräumen unserer Hebammen statt.

Dauer: 6 - 7 x jeweils 2 bis 2,5 Stunden (auch als Wochenendkurs möglich)

### Es betreuen Sie:

Hebamme **Sandy Rimbeck**

Hebamme **Anita Jagusch**

Hebamme **Elisabeth Krämer**

### Information zu Anmeldung und Kursterminen:

**Geburtensaal Krankenhaus Mittweida**

Tel.: +49 3727 99 1121+49 3727 99 1121

## **Im Oktober 2021 startet wieder ein neuer Geburtsvorbereitungskurs in der Klinik - Es gibt noch freie Plätze!**

**Anmeldung unter: Tel.: +49 3727 99 1121+49 3727 99 1121**

---

### **Säuglingspflegekurs:**

Ein weiterführendes Kursangebot in Mittweida ist der Säuglingspflegekurs, denn auch die richtige Babypflege will gelernt sein. Hebamme Christine Bernotat erklärt interessierten Schwangeren ab der 35. SSW in zwei Kurseinheiten à 90 Minuten, worauf beim Halten und Tragen des Babys, aber auch bei der Hautpflege, Baden, Wickeln, Windeln und Kleidung besonders zu achten ist und welche Mittel in die Baby-Hausapotheke gehören.

Der Kurs findet im Krankenhaus Mittweida statt und kostet 20,- Euro. Die Gebühr kann zu Kursbeginn gezahlt werden.

#### **Anmeldung und Information:**

**Geburtsaal Krankenhaus Mittweida**

Tel.: +49 3727 99 1121+49 3727 99 1121

---

### **Bauchtanz für Schwangere:**

Temperamentvoller und abwechslungsreicher Bauchtanz als Ausgleich zum stressigen Alltag. Der orientalische Tanz dient als Geburtsvorbereitung. Durch die verschiedenen Bewegungen werden Leistungsfähigkeit, Muskulatur und Becken trainiert.

Der Kurs findet in den Räumlichkeiten von „proagil“ (Fitnesscenter in Mittweida) statt und wird von Franziska Franz geleitet.

Telefonische Anmeldung unter +49 177 5264547+49 177 5264547

---

# Hebammengespräch und Geburtsplanungssprechstunde:

## **Anmeldung und Information:**

**Geburtensaal Krankenhaus Mittweida**

Tel.: +49 3727 99 1121+49 3727 99 1121

---

## **PDA-Aufklärung:**

Die Periduralanalgesie ist eine Methode zur Schmerzlinderung in der Geburtshilfe. Dabei wird vom Narkosearzt Schmerzmittel über einen dünnen Katheter im Bereich der Lendenwirbelsäule verabreicht. Zur PDA-Aufklärung, welche täglich (Mo. - Fr.) in der Zentralen Patientenaufnahme stattfindet, klärt der Anästhesist über dieses Narkoseverfahren auf und Sie können während der Geburt entscheiden, ob Sie die PDA zur Schmerzverarbeitung nutzen möchten oder nicht.

## **Weitere Informationen:**

Tel.: +49 3727 99 1121+49 3727 99 1121

---

## **Geburtsvorbereitende Akupunktur:**

### **Weitere Informationen:**

Hebamme **Sandy Rimbeck**: Tel. +49 3727 999460 +49 3727 999460