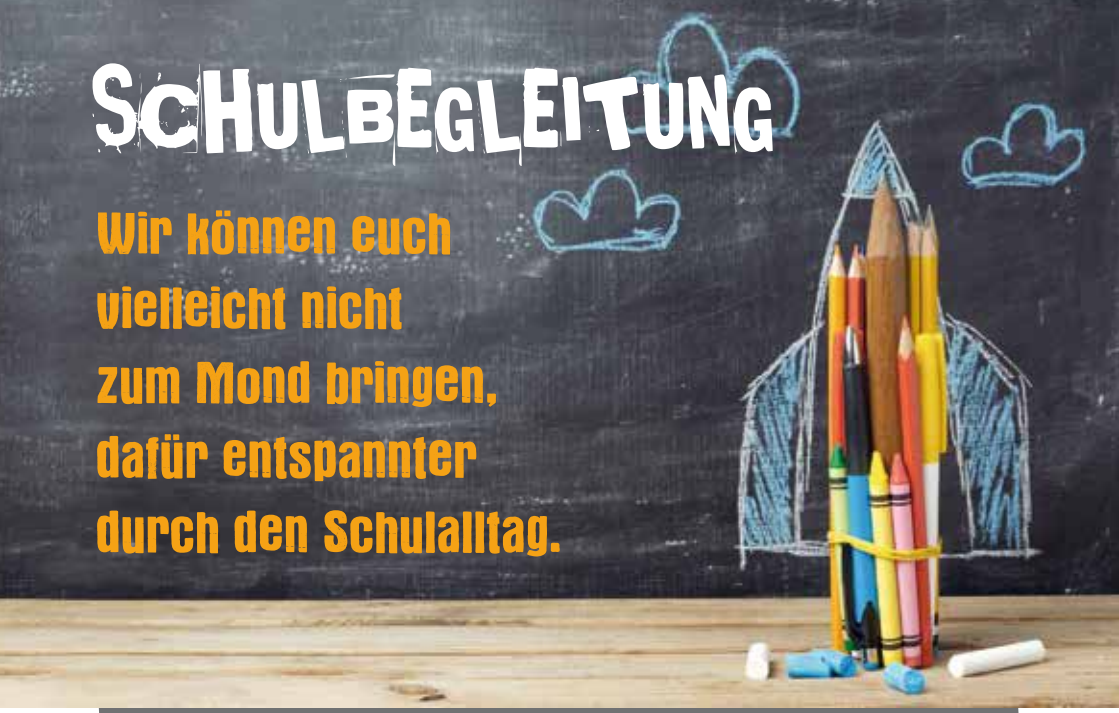
familien forum

Anerkannte Familienbildungsstätte

JAHRESPROGRAMM2021



Persönlich, professionell und individuell bieten die SAB.Ruhr Assistenz für Kinder und Jugendliche mit Unterstützungsbedarf.

Mit pädagogischem Fachwissen, regelmäßiger Supervision im Unterricht und passenden Schulungsmaßnahmen setzen wir neue Maßstäbe in der Schulbegleitung. Auch in der aktuellen Pandemiezeit sind wir mit unserem Hygienekonzept und einer umfangreichen Hygieneausstattung für unseren Einsatz an den Schulen sehr gut vorbereitet und ausgestattet.

Ihr interessiert euch für unsere Arbeit?
Schaut einfach mal auf unserer Homepage vorbei.

Selbsbestimmte Assistenz Behinderter

SAB-Schulassistenten GmbH

Wallbaumweg 103 | 44894 Bochum | 0234-915288-30 | facebook.com/sab.ruhr

sab.ruhr

Liebe Familien,

mit dem größtmöglichen Optimismus haben wir uns in diesem Jahr der Aufgabe zugewandt, trotz der vorliegenden Unabwägbarkeiten ein Jahresprogramm zu gestalten. Uns ist es ein Anliegen, auch in diesen stürmischen Zeiten ein umfassendes und ansprechendes Angebot der Familienbildung bieten zu können. Schließlich stellt die tagtägliche Aufgabe, nicht nur das körperliche Wohlergehen, sondern auch die Persönlichkeitsentwicklung des Kindes positiv zu begleiten, eine faszinierende ebenso wie herausfordernde Verantwortung dar. Dies verschärft sich mitunter, wenn beim Sprössling eine Krankheit diagnostiziert wird.

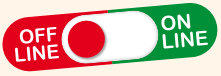
Genau hier setzen wir als Familienforum mit unserem Familienbildungsprogramm an. Durch unsere zahlreichen Kurse für Kinder, Eltern und Familien in den Bereichen Schwimmen, Bewegung, Begegnung und Musik bieten wir Ihnen für Familien maßgeschneiderte Aktivitäten. Mit unseren Veranstaltungen zu Themen der Erziehung möchten wir – gemeinsam mit Ihnen – Aspekte des Familienlebens reflektieren. Gezielt vorbereitet auf die Gesundheitsprävention sowie den Umgang mit bestimmten Krankheitsbildern werden Sie durch unsere medizinischen FachreferentInnen in unseren Veranstaltungen zur Kindergesundheit. Unser Programm beinhaltet Themen, wie Anaphylaxie, Asthma, Diabetes, Neurodermitis oder Zöliakie.

Wir hoffen, das vorliegende Jahresprogramm umfassend umsetzen zu können und bitten um Ihr Verständnis für eventuell notwendige Programmänderungen.

Wir freuen uns darauf, Sie im Familienforum begrüßen zu dürfen!

Ihr
Gregor Betz

Onlineveranstaltungen



Präsenzveranstaltungen, die im Fall von Beschränkungen (kurzfristig) online stattfinden.

Ausführliche Informationen zum Umgang mit der Covid19-Pandemie finden Sie auf Seite 30.

Anmeldungen unter www.familienforum-ruhrgebiet.de

Newsletter Programmänderungen, neue Kursangebote und freie Kursplätze geben wir alle zwei Monate über unseren Newsletter bekannt. Schicken Sie uns eine Mail zur Anmeldung: **info@familienforum-ruhrgebiet.de**

Ihre Meinung ist uns wichtig! Es ist uns ein Anliegen, Ihnen neben einem abwechslungsreichen Kursangebot eine gute Betreuung in unseren Veranstaltungen zu bieten. Durch Ihr Feedback helfen Sie uns, unser Angebot stetig zu verbessern. Ihr Feedback erreicht uns anonym über unsere Internetseite unter „Lob/Kritik“ oder über info@familienforum-ruhrgebiet.de.

		7	Leitbild
KINDERGESUNDHEIT	präventiv	8	Erste Hilfe bei kindlichen Notfällen
			Tim und Lisa wollen helfen – Erste-Hilfe für Kinder
		10	Selbstbehauptung und Selbstverteidigung
			Gesunde Zähne von Anfang an
		11	Hausmittel bei Erkältungskrankheiten
			Die Reiseapotheke für Reisen mit Baby und Kind
			Deutsches Gesundheitssystem leicht erklärt – arabisch
	begleitend	12	Allergie – was ist das?
			Allergischer Schock bei Kindern und Jugendlichen
		13	Asthmaschulung Pusteblume
			Mit Neurodermitis leben
		14	Familien-Café Diabetes
			Mit Diabetes erwachsen werden
		16	Nahrungsmittelunverträglichkeiten bei Kindern und Jugendlichen
			Forum Zöliakie
		17	Frühchentreffen
		18	Jupps Familientreff
			Klinefelter-Syndrom-Schulung
			Vom Kinder- zum Erwachsenenarzt bei Seltenen Erkrankungen
		19	MOSES
			Kopfschmerzen im Kindes- und Jugendalter
			Noch Babyspeck oder schon Übergewicht?
		20	AD(H)S und Autismus
			Demenz Partner – Wissen kompakt
		21	Selbstverletzendes Verhalten bei Jugendlichen
			Depressionen bei Kindern und Jugendlichen
			Hochsensibilität
ERZIEHUNG UND FAMILIENLEBEN	Geburt	23	Informationsabende zur Geburt für werdende Eltern
		24	Geburtsvorbereitungskurs
			Geburtsvorbereitung für Frauen ab dem 2. Kind
		25	Vorgeburtliche Stillberatung
			Pflege- und Wickelschulung
			Schwangerschaftsdiabetes – und nun?
		26	Männerabend
			Geschwistertraining
			Großelterntraining
		27	Gesprächskreis Geburtserlebnis
			Trageberatung
	Erziehung	28	STEP – Systematic training for effective parenting
			Jesper Juul – Familienwerkstatt

	COVID 19	30	Umgang mit der Pandemie Veranstaltungsreihe: Covid 19 im Familienleben
ERZIEHUNG UND FAMILIENLEBEN	Erziehung	31	Schnullerfrei, windelfrei und andere große Abschiede Liebe allein genügt nicht
		32	Lernmotivation bei Kindern fördern Gesunde Mediennutzung in der Familie Mama, chill mal!
	Kindergarten, Schule und Beruf	34	Kindergarten oder Tagesmutter? Tornister-ABC – Guter Start in die Schule Tornister-ABC – Begleitung im Schulalltag
		35	Karriereforum Mütter
	Ernährung	36	Beikost-Einführung Baby Led Weaning
		37	Einfaches Kochen mit Yummi Jupp! Entwicklung der Ernährung vom Säugling bis zum Jugendlichen
		38	Mit dem Essen spielt man doch! Ein Herz für Herzkartoffeln
	Familienleben	40	Autorenlesung: Mein wasserdichtes Baby Lebendiges Vorlesen
		41	Gestresste Eltern – gestresste Kinder! Geschwister – eine besondere Beziehung!
		43	Zukunftsfamilien Vaterrolle
		45	Wie werden Eltern ein Dreamteam? Mit Kindern über den Tod sprechen
	Familien- und Sozialrecht	46	Elterngeld, Elternzeit, Mutterschutz & Co. Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht Plötzlich ein Pflegefall - was nun?
		47	Erbrecht und Testamente für Menschen mit Behinderung Auszug aus dem Elternhaus Öffentliche Leistungen
KURSE FÜR ERWACHSENE, ELTERN UND KINDER	Schwangerschaft	48	BabyBauchTöne® Yoga für Schwangere
		49	Aqua-Training für Schwangere fitdankbaby® Pre
	Rückbildung	50	Rückbildung Aqua-Rückbildung
	Baby und Kleinkind	51	Babyschwimmen Kleinkindschwimmen (2 - 4 Jahre)
		52	Still- und Babytreff Babymassage

KURSE FÜR ERWACHSENE, ELTERN UND KINDER

Baby und Kleinkind

53 Kathis Kreativwerkstatt
PEKiP®
Mit allen Sinnen – von Anfang an
54 Musikgarten®
55 fitdankbaby®
Eltern-Kind-Fitness

Kind

56 Kinderschwimmen (ab 4 Jahre)
58 Allwetterpiraten

Erwachsene

59 Aqua-Fitness für Erwachsene
Aqua-Fitness für Mütter

Handicap

60 Schwimmen für Kinder mit Handicap
Sport und Fitness für Jugendliche mit Handicap
62 Integratives Tennis
Freizeitangebot für Jugendliche mit Handicap
63 Ferienbetreuung für Kinder mit Handicap
Kochen für Jugendliche mit Behinderung

UNIVERSITÄTSKINDERKLINIK

65 Perinatalzentrum
66 Pneumologie · Allergologie · Infektiologie · Immunologie | Pneumologie und Christiane-Herzog Centrum Ruhr
67 Angeborene Lungenerkrankungen | Immunologie | Rheumatologie im Kindes- und Jugendalter
68 Stiftungsprofessur für Kinderendokrinologie und Diabetologie | Kinderendokrinologie | Diabetes mellitus im Kindes- und Jugendalter
69 Seltene Erkrankungen | Kindergastroenterologie
70 Kinderradiologie | Kinderkardiologie | Orthopädietechnik
71 Narbensprechstunde – Verbrennungsnachsorge | Seelische Gesundheit/Kinder- und Jugendpsychiatrie
72 Neuropädiatrie und Sozialpädiatrie | Epileptologie und EEG | Allgemeine Neuropädiatrie und Stoffwechselerkrankungen
73 Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ) | Physiotherapieabteilung | Sozialmedizinische Nachsorge – Der Bunte Kreis
74 Neuromuskuläre Erkrankungen und Neurophysiologie | Entwicklungsneurologische Ambulanz · Frühgeborenennachsorge | Neurorehabilitation
75 Klinisch-genetische Sprechstunde | Forschungsdepartment Kinderernährung | Klinisches Studienzentrum

76 Allgemeine Geschäftsbedingungen
79 Wissenswertes
80 Unser Team

LEITBILD

Wer wir sind

Wir bieten seit 2004 schwerpunktmäßig Angebote der Familienbildung in Bochum für das Ruhrgebiet an.

Wir sind vom Land NRW als Familienbildungsstätte anerkannt.

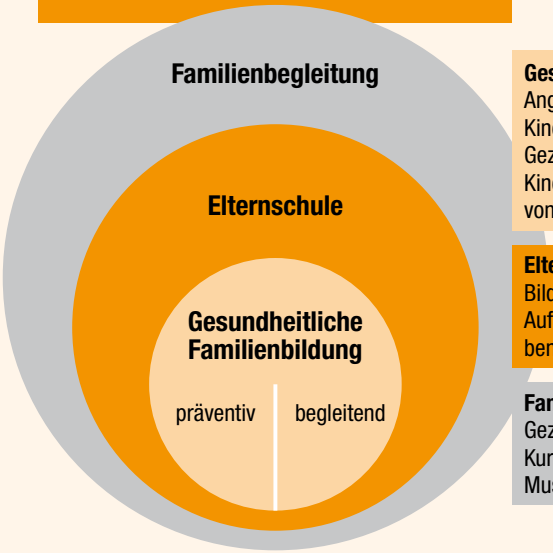
Das Familienforum ist ein gemeinsames Angebot der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin der Ruhr-Universität Bochum im St. Josef-Hospital, der Stiftung Kinderzentrum Ruhrgebiet und der Elterninitiative Menschen(s)kinder e.V.

Uns liegt am Herzen:

Die zukünftige Generation
Wir legen Wert auf Nachhaltigkeit und ein ganzheitliches, langfristig orientiertes Handeln im Sinne unserer Kinder.

Die Handlungsfähigkeit der Menschen
Wir eröffnen Möglichkeiten, stiften Orientierung und geben Sicherheit.

Der Dialog
Wir hören zu, schaffen Räume für Austausch und orientieren uns an gesellschaftlichen Bedürfnissen.



Gesundheitliche Familienbildung
Angebote der Gesundheitsprävention und Kindergesundheit.
Gezielte Angebote für Familien mit kranken Kindern, von Krankheit bedrohten Kindern und von Kindern mit Handicap.

Elternschule
Bildungsangebote zur Bewältigung alltäglicher Aufgaben der Erziehung und des Familienlebens.

Familienbegleitung
Gezielt für Kinder und Familien konzipierte Kursangebote in den Bereichen Bewegung, Musik und Begegnung.

Stand 5.2019

Erste Hilfe bei kindlichen Notfällen

Philip Hahn ,
Dr. med. Andrea Herweg-Becker,
Anne Pfetzing,
Dr. med. Elisabeth Resch,
Dr. med. Katharina Theile,
ÄrztInnen für Kinder- und Jugendmedizin
Sylvia Meier,
Kinderkrankenschwester,
Präventionsassistentin

Termine 2021
Donnerstag, 28.01. + 04.02.
Dienstag, 16.02. + 23.02.
Donnerstag, 18.03. + 25.03.
Dienstag, 04.05. + 11.05.
Donnerstag, 17.06. + 24.06.
Dienstag, 14.09. + 21.09.
Dienstag, 02.11. + 09.11.
jeweils 19:00 - 22:15 Uhr

Veranstaltung 1B

30 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Dieses Kursangebot richtet sich auch an ErzieherInnen und PädagogInnen.

Die meisten Kinderunfälle ereignen sich zu Hause und in der Freizeit. Mehr als 42 % der Kinder verunglücken hier – mehr als im Straßenverkehr. Doch was ist im Falle eines Unfalles zu tun?

Am ersten Kursabend erläutern wir die einfachsten und wirksamsten Sofortmaßnahmen bei kindlichen Unfällen und Notfällen wie Verletzungen durch Stürze, Schnitt- und Brandwunden, Verschlucken von Fremdkörpern und Fieberkrämpfe. Die Teilnehmer haben die Gelegenheit, Erste Hilfe-Maßnahmen intensiv an Puppen zu üben.

Unfälle sind für Kinder das Gesundheitsrisiko Nummer eins. Was aber kann man tun, damit es erst gar nicht so weit kommt? Der zweite Kursabend informiert über die wichtigsten Gefahrenquellen in der Wohnung und im direkten Umfeld des Kindes.

Tim und Lisa wollen helfen – Erste Hilfe-Kurs für Kinder ab 5 Jahren

Manuela Bennauer,
Ina Hüsken,
Manuela Krantz,
Yvonne Kirse,
Eva Maria Rüter,
Kinderkrankenschwestern

Dauer 2 x 90 Minuten

Dieses Kursangebot richtet sich an Kindertageseinrichtungen und Grundschulen. Informationen zu Abläufen und Preisen sowie Terminabsprachen unter (0234) 509 2801

Kinder gehen ihre eigenen Wege, auf denen nicht selten Stolpersteine liegen. Für das verunglückte Kind kann es entscheidend sein, ob seine Altersgenossen reagieren, wie schnell sie Hilfe herbeiholen und wie sicher sie sich fühlen, einfache Erste Hilfe-Maßnahmen durchzuführen.

Unser Kursangebot richtet sich an Kinder im Alter von 5 - 10 Jahren. Ziel des Kurses ist es, Kinder schon früh für die Erste Hilfe-Idee zu begeistern, Ängste abzubauen und praktische Erfahrungen zu vermitteln, die die Kinder ermutigen und befähigen, im Notfall helfend tätig zu werden.

Ein guter Freund ist immer da, wenn man ihn braucht.

edenundteam.de

pampus apotheke
im Josefcarree

Direkt am St. Josef-Hospital im JosefCarrée (Haus J) ist unsere Apotheke. Dort haben wir über 10.000 verschiedene Medikamente ständig vorrätig – und samstags bis 18.00 Uhr geöffnet. Nach Möglichkeit liefern wir die Medikamente sogar direkt ins Hospital aufs Zimmer oder auf die Station. Damit Sie schnell gesund werden.

Telefon: 0234/3383207 | www.pampusapotheke.de | facebook.com/pampusapotheke

Selbstbehauptung und Selbstverteidigung

Für Mädchen und Jungen im Alter von 5 bis 13 Jahren

Dieser spezielle Selbstbehauptungskurs dient als Vorbeugeprogramm zum Schutz vor Gefahren- und Konfliktsituationen.

Im Vordergrund steht zu trainieren, selbstbewusst aufzutreten und sich gegenüber kritischen Situationen klar abzugrenzen. Der pädagogische Teil beinhaltet, Gefahrensituationen aufzuzeigen und entsprechendes Verhalten mit Hilfe von Rollenspielen zu üben. Das Lernziel ist, dass die Kinder rechtzeitig Gefahren- und Konfliktsituationen erkennen und richtig reagieren.

Die Eltern lernen beim Infoabend im Vorfeld des Kurses die Kursleiterin, ihr Konzept und ihre Vorgehensweise kennen, um die Lerninhalte zu Hause unterstützen zu können.

Birgit Scherbe

Mittwoch, 14.04. - 19.05.
15:30 - 16:30 Uhr (5 - 7 Jahre)
17:00 - 18:00 Uhr (8 - 13 Jahre)
Infoabend 16.03., 20 Uhr

Mittwoch, 27.10. - 01.12.
15:30 - 16:30 Uhr (5 - 7 Jahre)
17:00 - 18:00 Uhr (8 - 13 Jahre)
Infoabend 15.09., 20 Uhr

6 Einheiten à 60 Minuten

Kurs 6I

50 € pro Kind
Anmeldung erforderlich

Dieses Kursangebot kann auch von Kindergärten und Schulen gebucht werden. T (0234) 5092835

Gesunde Zähne von Anfang an

Pflege von klein auf

Milchzähne verdienen die gleiche Beachtung wie die bleibenden Zähne. Sie haben eine wichtige Funktion und ihre Gesundheit ist für die nachfolgenden Zähne von großer Bedeutung. Eltern können von Anfang an einiges dafür tun, dass ihr Kind gesunde Zähne bekommt und behält. Die grundlegenden Informationen dieses Workshops sollen helfen, einen entspannten Umgang mit der Zahngesundheit zu finden. Auch die Hürden des Alltags werden selbstverständlich angesprochen – Fragen sind herzlich willkommen!

Dr. med. dent. Sandra Killing,
Zahnärztin

Dienstag, 20.04., 19:30 - 21:00 Uhr
Dienstag, 28.09., 19:30 - 21:00 Uhr

Veranstaltung 1A

6 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Caritasverband für Bochum und Wattenscheid e.V.

Neue Wege

Katholisches Klinikum Bochum
St. Josef-Hospital
UK RUB Universitätsklinikum der Ruhr-Universität Bochum

NEUE WEGE – NEUES WAGEN

Rückblick auf 30 bewegende Jahre interdisziplinären Kinderschutz in Bochum

Kongress für interessiertes Fachpersonal vom 01.– 02. Oktober 2021: Gemeinsam blicken wir zurück und widmen uns den aktuellen Themenschwerpunkten Prävention, medizinische Diagnostik, neue Ansätze im Kinderschutz in NRW sowie der essentiellen Vernetzung der Systeme (sozialer Dienst des Jugendamtes, Jugendhilfe freier Träger, Medizin, Polizei, Justiz....).

Weitere Informationen ab April 2021 unter: **www.kinderklinik-bochum.de**

Hausmittel bei Erkältungskrankheiten

Was können Eltern selbst für ihr Kind tun?

Mit dem Herbst beginnt auch wieder die Erkältungssaison - und als Eltern stellt sich die Frage: Wie kann ich mein Kind vor Erkältungskrankheiten schützen? Wie kann ich ihm helfen, wenn es sich doch erkältet hat? Wann können Hausmittel (Wickel, Einreibungen, Tees) aus der Naturheilkunde eingesetzt werden und wann braucht es die Schulmedizin? Diesen Fragen soll nachgegangen werden und die Hausmittel in ihrer praktischen Anwendung so erklärt werden, dass sie zu Hause einfach und sicher angewendet werden können.

Dr. med. Christine Decker,
Ärztin für Kinder- und Jugendmedizin

Montag, 15.11., 19:00 - 20:30 Uhr

Veranstaltung 1A

6 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Die Reiseapotheke für Reisen mit Baby und Kind

OFF LINE ON LINE

Was muss hinein?

Eine clever zusammenstellte Reiseapotheke für Babys und Kinder gibt Sicherheit und kann im Ernstfall Leben retten. Sie muss nicht für jedes denkbare Wehwehchen etwas, sondern für die drängendsten und häufigsten medizinischen Probleme ein passendes Präparat enthalten.

Dieser Elternabend beschäftigt sich mit Fragen wie: Ab wann kann man mit kleinen Kindern verreisen? Was müssen Eltern bei der Reisevorbereitung beachten? Was kann man Kindern im Urlaub zumuten und wie schützt man sie vor den im Urlaub am häufigsten vorkommenden Krankheiten?

Sylvia Meier,
Präventionsassistentin/
DAPG e.V., Bochum

Dienstag, 09.03. + 08.06.,
19:30 - 21:00 Uhr

Veranstaltung 1A

6 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Deutsches Gesundheitssystem leicht erklärt – arabisch

Familien mit Flucht- oder Zuwanderungsgeschichte begegnen innerhalb des deutschen Gesundheitssystems besonderen Herausforderungen. Sprachbarrieren, kulturspezifische Krankheitsvorstellungen, bürokratische Hürden, traumatische Erlebnisse etc. erschweren den Zugang zur Gesundheitsversorgung.

Im Rahmen dieser Schulung möchten wir ein einfaches Angebot in arabischer Sprache anbieten, um die wesentlichen Strukturen des Gesundheitssystems zu erklären. Ein Schwerpunkt liegt dabei auf der medizinischen Versorgung von Kindern.

Dr. med. Nora Matar,
Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin

Dienstag, 15.06. + 14.09.,
10:00 - 12:00 Uhr

Veranstaltung 1A

gebührenfrei
Anmeldung erforderlich

Allergie – was ist das?

Entstehung und Behandlungsweise

Nahrungsmittel-, Pollen- und Insektengiftallergien - für immer mehr Kinder eine Gefahr, die ihren Alltag und den ihrer Familien beeinflusst. Über 20.000 Auslöser für Allergien sind bisher bekannt. Oftmals ist es schwierig herauszufinden, welche Allergene Ursache für die vielfältigen Beschwerden von Niesattacken, Husten, Atemnot bis hin zu Magen-Darm-Problemen oder Gelenkschmerzen sind. Aber wie und warum entstehen Allergien und wie können sie behandelt werden?

Dr. med. Folke Brinkmann,
Anna Wiemers,
Dr. med. Anne Schlegtendal,
Kinderärztinnen,
Universitätskinderklinik Bochum

Dienstag, 20.04., 19:30 - 21:30 Uhr

Veranstaltung 2D

6 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Allergischer Schock bei Kindern und Jugendlichen

Schulung für Eltern

Kommt es bei einem Kind zu einer anaphylaktischen Reaktion, ist schnelles Handeln lebensrettend. Im Kindesalter sind am häufigsten Nahrungsmittel und Insektenstiche für schwere, allergische Reaktionen mit Atemnot und Blutdruckabfall verantwortlich. Durch Notfallpläne und Schulungen kann betroffenen Patienten und deren Familien geholfen werden.

In diesem Schulungsangebot werden den Eltern von betroffenen Kindern nicht nur konkrete Strategien für das Verhalten im Notfall vermittelt, sondern auch Hilfestellungen für den Umgang mit der Erkrankung im Alltag gegeben. Die fundierte Information der Betroffenen ist ein wesentlicher Baustein in der Prävention und Therapie allergischer Erkrankungen.

Prof. Dr. med. Uwe Schauer,
Kinderarzt pädiatrische Allergologie
Renate Holz-Larose,
ernährungsmed. Beraterin DGE,
Ernährungsfachkraft Allergologie

Dienstag, 02.02. + 09.02.
Donnerstag, 20.05. + 27.05.
Dienstag, 26.10. + 02.11.
jeweils 18:00 - 20:30 Uhr

Veranstaltung 2D

30 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Allergischer Schock bei Kindern und Jugendlichen

Schulung für Betreuer, Kursleiter, Erzieher und Pädagogen

Auch Multiplikatoren wie Lehrer und Erzieher sehen sich in Zeiten zunehmender allergischer Erkrankungen immer häufiger in der Situation, ein anaphylaxiegefährdetes Kind in ihrem Kindergarten oder in der Schule zu betreuen.

In diesem Schulungsangebot können Sie sich konkret über folgende Fragen informieren: Was ist eine Anaphylaxie? Wie handelt man richtig im Notfall? Was sind sofortige lebensrettende Maßnahmen und wer sollte sie durchführen? Wie gehe ich mit anaphylaxiegefährdeten Kindern in besonderen Situationen um (Klassenfahrten, Ausflüge)? Wie thematisiere ich Anaphylaxie in der Arbeit mit Eltern? Wie ist die rechtliche Situation für Pädagogen/Betreuer bei Erster Hilfe in Anaphylaxie-Notfällen?

Prof. Dr. med. Uwe Schauer,
Kinderarzt pädiatrische Allergologie

Mittwoch, 26.05.
Dienstag, 14.09.
Dienstag, 16.11.
jeweils 15:00 - 17:15 Uhr

Veranstaltung 2D

30 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Asthmaschulung Pusteblume

Zahlreiche Kinder und Jugendliche leiden an einer Form von Asthma bronchiale, was für die Familien eine Reihe von Belastungen mit sich bringt. Den alltäglichen Umgang mit Asthma in der Familie zu erleichtern – das ist das Ziel der Asthmaschulung der Universitätskinderklinik Bochum.

Infoabend Asthma Bronchiale bei Kindern und Jugendlichen
An diesem Abend sind Eltern herzlich eingeladen, sich rund um das Thema Asthma zu informieren. Was ist Asthma? Wie wird es diagnostiziert? Wie kann es behandelt werden? Neben der Vermittlung von Basiswissen können auch spezifische Fragen beantwortet, sowie praktische Tipps zum Umgang mit den verschiedenen Inhalationsmethoden gegeben werden.

Asthmaschulung
Im Schulungskurs beantworten wir die wichtigsten Fragen, die von Asthma betroffene Kinder (ab 6 Jahren), Jugendliche und ihre Eltern bewegen: Was ist überhaupt Asthma? Wodurch wird ein Asthmaanfall ausgelöst? Warum soll ich regelmäßig inhalieren? Was kann ich tun, wenn ich Atemnot verspüre? Durch Entspannungstechniken, Übungen zur körperlichen Selbstwahrnehmung und atemgymnastische Übungen helfen wir den Betroffenen, die Belastungen, die Asthma mit sich bringen kann, zu vermindern oder ganz zu vermeiden.

Schulungsteam „Pusteblume“
Ansprechpartnerin: Sylvia Meier

Veranstaltung 2E

Infoabend
Montag, 15.03.
18:30 - 20:00 Uhr

8 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Asthmaschulung
3 Samstage jeweils 9:00 - 13:00 Uhr
17.04., 01.05. und 15.05.

9 € pro Familie
(Eigenanteil für Pausenverpflegung)
Anmeldung erforderlich
bis zum 03.04.

Die Einteilung erfolgt durch die Kursleitung. Die Teilnehmer erhalten vor Kursbeginn detaillierte, schriftliche Kursinformationen. **Kostenübernahme durch Krankenkassen.**

Mit Neurodermitis leben

Seminar für Eltern und Betreuer

Hinter dem Begriff Neurodermitis verbergen sich eine Vielzahl unterschiedlicher Hauterscheinungen. Eines haben alle gemeinsam: die erhebliche Belastung für die PatientInnen und ihre Familien. Als chronische Erkrankung stellt Neurodermitis die Herausforderung dar, im Alltag mit ihr umgehen zu müssen.

Ziel der Veranstaltung ist es, den Betroffenen aktuelle Informationen über die Hauterkrankung zu geben, Bewältigungsstrategien einzuüben und Erfahrungen auszutauschen. Themen sind u. a. klassische und „alternative“ Behandlungsmethoden, Pflege der Haut, die richtige Ernährung und Hilfen gegen Schlafstörungen. Eingeladen sind Eltern und Betreuer von Kindern mit Neurodermitis, einer atopischen Dermatitis oder einem atopischen Ekzem.

Neurodermitis-Schulungsteam
Prof. Dr. med. Uwe Schauer,
Kinderarzt pädiatrische Allergologie
Renate Holz-Larose,
Neurodermitis-Trainerin AGNES, Ernährungsfachkraft Allergologie DAAB

Dienstag, 09.03. + 16.03.,
18:00 - 21:00 Uhr
Mittwoch, 15.09. + 22.09.,
18:00 - 21:00 Uhr

Veranstaltung 2M

30 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Familien-Café Diabetes

Gemütliches Beisammensein und Austauschmöglichkeit für Familien, die ein an Diabetes erkranktes Kind haben, angeboten durch das Diabetesteam der Kinderklinik und der Elterninitiative Menschen(s)kinder e.V.

Das Familien-Café bietet Ihnen die Möglichkeit, andere betroffene Familien kennenzulernen. Die Kinder und ihre Geschwister können miteinander spielen. Die Eltern haben die Gelegenheit, ins Gespräch zu kommen und Erfahrungen auszutauschen.

Bitte melden Sie sich per E-Mail an:
kinderklinik-diabetesteam@klinikum-bochum.de

Sibylle Funken,
Ina Hüsken,
Judith Kalus,
Diabetesberaterinnen DDG
Claudia Krüger,
ernährungsmedizinische Beraterin DGE
und Diabetesberaterinnen DDG,
Eggert Lilienthal,
Oberarzt,
Universitätskinderklinik Bochum

Donnerstag, 14:30 - 16:30 Uhr
Termine in 2021:
04.02., 06.05., 02.09., 02.12.

Veranstaltung 2G

Gebührenfrei

Mit Diabetes erwachsen werden

OFF LINE ON LINE

Etwa 30.000 Kinder und Jugendliche sind in Deutschland an einem Typ-1-Diabetes erkrankt. Von dieser Erkrankung wird das Leben der gesamten Familie beeinflusst und verändert. Dabei gilt es, den Kindern ein möglichst unbeschwertes Aufwachsen wie ein nichterkranktes Kind zu ermöglichen. Doch geht das überhaupt, wo doch jeder Lebensbereich vom Diabetes betroffen ist? Was bedeutet es, mit Diabetes in der Familie zu leben, die Schule zu besuchen, mit Freunden loszuziehen oder irgendwo zu übernachten? Welche Herausforderungen müssen von den Jugendlichen, den Eltern und Großeltern, den Lehrern, Trainern und Freunden gestemmt werden und wie geht man damit um? Wo bekommt man, wenn nötig, Hilfe? Diese und weitere über das eigentliche Therapiemanagement hinaus gehende Fragen werden in dieser Informationsveranstaltung mit den Teilnehmenden diskutiert.

Claudia Krüger,
ernährungsmedizinische Beraterin DGE
und Diabetesberaterinnen DDG

Dienstag, 13.04.
19:00 - 21:00 Uhr

Veranstaltung 2G

8 € pro Person
Anmeldung erforderlich

metaX
INSTITUT FÜR DIÄTETIK GmbH
www.metax.org

EIWEIßSUPPLEMENTE AMINOSÄURENMISCHUNGEN ZUM DIÄTMANAGEMENT BEI PKU/HPA

SELTENEN ANGEBORENEN EIWEIß-STOFFWECHSELSTÖRUNGEN

EIWEIßARME LEBENSMITTEL

metaX Institut für Diätetik GmbH · Am Strassbach 5 · 61169 Friedberg GERMANY
008000 - 9963829 (gebührenfrei aus A, D, NL) · service@metax.org · metax-shop.org · metax.org

20/08/13

Nahrungsmittelunverträglichkeiten bei Kindern und Jugendlichen

Ursachen, Diagnostik und Behandlung

OFF LINE ON LINE

Bei einer Nahrungsmittelunverträglichkeit oder -intoleranz ist der Körper nicht in der Lage, bestimmte Nahrungsbestandteile zu verdauen bzw. über den Stoffwechsel zu verwerten. Nahrungsmittelunverträglichkeiten sind häufig, jedoch im Gegensatz zu echten Nahrungsmittelallergien überwiegend nicht gefährlich.

Durch die große Anzahl an Ratgebern, Berichten in den Medien und ein immer größeres Angebot von Nahrungsmittelherstellern werden Eltern oft verunsichert und wissen nicht, was das Richtige für ihr Kind ist. Im Rahmen der Veranstaltung informiert PD Dr. Anjona Schmidt-Choudhury daher über Diagnostik und Therapie verschiedener Unverträglichkeiten. Für eine offene Diskussion und das Einbringen individueller Fragen wird genügend Zeit sein.

PD Dr. med.
Anjona Schmidt-Choudhury,
Oberärztin, Universitätskinderklinik Bochum

Dienstag, 26.10., 19:00 - 21:15 Uhr

Veranstaltung 2K

6 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Forum Zöliakie

OFF LINE ON LINE

für Patienten, Eltern, Betreuer in Kindergarten und Schule, ärztliche Betreuer

Die Zöliakie (Gluten-Unverträglichkeit) wird immer häufiger erkannt. Sie kommt in allen Altersgruppen ab dem 1. Lebensjahr vor. Für die Patienten, Familien und das gesamte Umfeld ist nach Diagnosestellung eine aufwändige Umstellung der Ernährung nötig. Dieses Forum knüpft an die bereits in den letzten Jahren durchgeführten Foren an. Neben den abendlichen Foren findet - nach der großen Resonanz in den letzten Jahren - auch wieder der „Aktionstag Zöliakie“ am Samstag, 08.05.2021, für Eltern und Kinder statt. Zum einen soll es dem Erfahrungsaustausch der Betroffenen und ihren Familien dienen. Zum anderen wird in jeder Veranstaltung ein Kurzreferat zu Themen aus den Bereichen Ernährung, Soziales, Neues aus der Wissenschaft etc. gehalten.

Es besteht die Möglichkeit, vorab Fragen per E-Mail zu senden: a.schmidt-choudhury@klinikum-bochum.de

PD Dr. med.
Anjona Schmidt-Choudhury,
Oberärztin, Universitätskinderklinik Bochum

„Forum Zöliakie“
Dienstag, 23.02., 19:00 - 21:15 Uhr
Montag, 08.11., 19:00 - 21:15 Uhr

Veranstaltung 2Q

6 € pro Person
Anmeldung erforderlich

„Aktionstag Zöliakie“
Samstag, 08.05., 12:00 - 16:00 Uhr

Veranstaltung 2Q

6 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Ohne Lise Meitner
hätte Otto Hahn
vielleicht nie die
Kernspaltung
entdeckt.

www.zeptrum-adamsen.de

zeptrum
DR. ADAMSEN

Wirtschaftsprüfung
Steuerberatung
Unternehmensberatung

IMMER AN IHRER SEITE

Frühchentreffen

Seit mehr als 30 Jahren bietet die Früh- und Neugeborenenintensivstation (Neonatologie) Eltern von Frühgeborenen die Möglichkeit des Erfahrungsaustausches und Wiedersehens.

Mögliche Fragen, die beim Frühchentreffen in gemütlicher Runde mit Pflegepersonal und anderen Eltern diskutiert werden können, sind zum Beispiel: Wie haben andere Eltern die Zeit auf der Intensivstation erlebt? Traten nach der Entlassung des Kindes Probleme und Ängste auf? Wie geht es den Kindern heute?

Zusätzlich gibt es wechselnde Informationsangebote. Rückfragen gerne unter 0234 509 86 31 oder per E-Mail an fruehchentreffen@klinikum-bochum.de

Dieses Treffen findet in der Turnhalle an der Universitätskinderklinik statt.

Mitarbeiterinnen der Neonatologie:
Nicole Martin, Kira Kieper, Regina Wachsmann, Sina Steidel, Friederike Lichtleitner

Montag, 15:30 - 18:00 Uhr
04.01., 05.04., 05.07., 04.10.

Veranstaltung 2L

Gebührenfrei
Anmeldung nicht erforderlich

Lachen ist gesund!

Die regelmäßigen Klinik-Clowns-Visiten an der Kinderklinik Bochum sind für die nächsten drei Jahre gesichert. Das Projekt wurde ausgewählt als Zukunftsprojekt des Jahres 2021 der Stadtwerke Bochum, mit dem sich die Elterninitiative Menschen(s)kinder e.V. beworben hatte.

STADTWERKE BOCHUM

menschen(s)kinder e.V.
Elterninitiative für Kinder mit Behinderung

Jupps Familientreff

Eltern-Kind-Gruppe für chronisch kranke Kinder

Die Diagnose einer chronischen Erkrankung ihres Kleinkindes bedeutet für Eltern und ihre Familien in der Regel einen erhöhten Bedarf an Austausch, Beratung und Unterstützung. Jupps Familientreff ist ein präventiver, monatlich stattfindender Eltern-Kind-Kurs für Kinder von 0 bis 3 Jahren und ihre Eltern.

Neben dem informellen Austausch und einer gemeinsamen Abendmahlzeit steht jede Sitzung unter einem thematischen Schwerpunkt. Eine Erzieherin der Kinderklinik wird die Kinder mitbetreuen und spielerisch anregen.

Gabriela Mansour,
Psychologin,
eine Erzieherin und ein interdisziplinäres Team der Kinderklinik

Montag, 16:00 - 18:15 Uhr
Kurs 1 08.02., 08.03., 12.04., 10.05. und 14.06.

Kurs 2 09.08., 13.09., 11.10., 08.11. und 13.12.

Veranstaltung 2A

25 € pro Erwachsenen
45 € pro Elternpaar
Anmeldung erforderlich

Klinefelter-Syndrom-Schulung

Präsenzveranstaltung für Eltern & Jugendliche

Das Klinefelter-Syndrom beschreibt eine durch ein zusätzliches X-Chromosom beim Mann ausgelöste Veränderung sowie ihre Auswirkungen und Merkmale. Viele Betroffene werden erst im späteren Alter meist aufgrund eines unerfüllten Kinderwunsches diagnostiziert.

Zum besseren Umgang mit der eigenen Situation laden wir Eltern und Jugendliche zum Wissens- und Erfahrungsaustausch ein. Um den betroffenen Jugendlichen und den Eltern jeweils einen geschützten Raum unter Gleichaltrigen zu bieten, findet die Schulung räumlich separiert statt. Ziel ist es, sowohl Bewältigungsstrategien für den Alltag als auch medizinisches Wissen zum besseren Verständnis zu vermitteln.

PD Dr. med. Corinna Grasemann,
Fachärztin für Kinderheilkunde
Dr. med. Nora Matar,
Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin

Samstag, 22.05., 9:00 - 14:00 Uhr

Veranstaltung 2O

20 € pro Familie
Anmeldung erforderlich

Übergang vom Kinder- zum Erwachsenenarzt bei Seltenen Erkrankungen

Fast eine Million Menschen leiden landesweit an einer der vielen sogenannten „Seltenen Erkrankungen“. Die meisten dieser Erkrankungen treten im Kindesalter auf und halten über einen langen Zeitraum an, manchmal sogar ein Leben lang. Beim Übergang der Patienten von Versorgungseinrichtungen der Kinderheilkunde zu solchen der Erwachsenenmedizin (von Fachleuten „Transition“ genannt) treten jedoch immer wieder Probleme auf. Um die Lösung genau dieser Probleme und hilfreiche Informationsquellen dreht sich diese Veranstaltung.

Der Infoabend richtet sich an Eltern und ihre jugendlichen Kinder mit Seltener Erkrankung, bei denen der Wechsel in die Erwachsenenmedizin bevorsteht bzw. die sich bereits in diesem befinden.

OFF LINE ON LINE

PD Dr. med. Corinna Grasemann,
Kinderendokrinologin und Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin
Dr. med. Nora Matar,
Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin

Montag, 08.03. oder 20.09.
17:30 - 19:00 Uhr

Veranstaltung 2O

15 € pro Familie
Anmeldung erforderlich

MOSES

Schulungsprogramm für Jugendliche mit Epilepsie und deren Angehörige

MOSES (Modulares Schulungsprogramm Epilepsie) ist ein wissenschaftlich validiertes und nach § 43 Abs. 1 Nr. 2 SGB V zertifiziertes Schulungsprogramm für Menschen mit Epilepsie ab 16 Jahren und ihre Angehörigen.

Die Teilnehmer setzen sich mit den wichtigen Themen rund um die Erkrankung auseinander. Sie beschäftigen sich mit den verschiedenen Anfallsformen und lernen diagnostische sowie therapeutische Möglichkeiten kennen. Fragen wie „Was kann ich selbst zu meiner Therapie beitragen?“ und „Was muss ich im Alltag beachten?“ werden gemeinsam besprochen. Die Jugendlichen sollen dazu motiviert werden, Verantwortung zu übernehmen anstatt Verbote zu beachten.

Dr. med. Christine Decker,
Ärztin für Kinder- und Jugendmedizin und zertifizierte MOSES-Trainerin
Sarah Lorber,
Epilepsie-Fachassistentin und zertifizierte MOSES-Trainerin

Samstag, 06.03
und Sonntag, 07.03.
jeweils 9:30 - 16:30 Uhr

Veranstaltung 2H

523 € pro Teilnehmer
i.d.R. Kostenübernahme durch die Krankenkasse
Anmeldung erforderlich

Anmeldegebühr 50 € pro Teilnehmer
Bei Kostenübernahme der Krankenkasse wird die Anmeldegebühr erstattet.

Kopfschmerzen im Kindes- und Jugendalter

Nicht nur Erwachsenen „brummt der Kopf“, „platzt der Schädel“, oder „hämmert“, „bohrt“ und „dröhnt“ es im Kopf. Bis zu 10% der Schulkinder kennen wiederkehrende Kopfschmerzen. Dabei sind ernste Erkrankungen, die durch Kopfschmerzen angezeigt werden, glücklicherweise selten. Doch auch der sogenannte „primäre“ Kopfschmerz ohne im Hintergrund stehende Erkrankungen lässt die Betroffenen und ihre Familien leiden. Abfinden sollte man sich mit Kopfschmerzen keinesfalls.

Dieser Fortbildungsabend informiert über Ursachen von Kopfschmerzen, über Therapieansätze zur Prophylaxe von chronischen Kopfschmerzen und zur Behandlung eines Kopfschmerzanfalls.

Dr. med. Cornelia Köhler,
Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin an der Universitätskinderklinik Bochum

Dienstag, 08.06., 19:00 - 20:30 Uhr

Veranstaltung 2J

6 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Noch Babyspeck oder schon Übergewicht?

Bewegungsfreude und ein positives Körpergefühl wünschen alle Eltern ihren Kindern. Aktuelle Studien zeigen jedoch, dass etwa 20% der Kinder in Deutschland übergewichtig sind – mit Risiken für Gesundheit und seelisches Wohlergehen. In diesem Vortrag erhalten Interessierte neben Informationen zu Ursachen, Folgen und Behandlungsmöglichkeiten von Übergewicht auch Tipps für die Gestaltung eines gesunden Familienalltags. Das hilft Kindern, ihr Gewicht in Balance zu halten, denn sie lernen am besten von der eigenen Familie.

Dieser Vortrag richtet sich an Eltern, Großeltern, Lehrer und Erzieher.

Michaela Kleber,
Fachärztin für pädiatrische Endokrinologie und Diabetologie

Donnerstag, 22.04., 19:00 - 20:30 Uhr

Veranstaltung 2C

6 € pro Person
Anmeldung erforderlich

AD(H)S und Autismus

Neue Erkenntnisse und Behandlungsmethoden

Die bisherigen Diagnosesysteme schlossen eine Doppeldiagnose von ADHS und Autismus lange Zeit praktisch aus. Tatsächlich fällt bei vielen Kindern mit einer Autismus-Spektrumstörung auf, dass sie auch ADHS-Symptome aufweisen und umgekehrt. Eine entsprechende Abklärung ist daher wichtig, da dies auch therapeutische Konsequenzen hat: Kinder mit ADHS und autistischen Zügen werden anders therapiert als Kinder, die nur unter einer der Störungen leiden.

Dieser Vortrag informiert Angehörige und Interessierte grundsätzlich über die Krankheitsbilder. Zudem gibt er einen Überblick über die aktuellen Forschungsergebnisse und neuen Therapieformen.

Dr. med. Katharina Radkowski, MPH
Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie

Dienstag, 23.03., 19:00 - 21:00 Uhr

Veranstaltung 2B

6 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Demenz Partner – Wissen kompakt

In Deutschland leben 1,7 Mio. Menschen mit Demenz und es werden mehr. Deshalb geht das Thema uns alle an – und jeder kann etwas tun. In dieser Veranstaltung werden Informationen zum Krankheitsbild, ein Grundwissen über Demenz und Tipps zum Umgang mit erkrankten Menschen vermittelt. Menschen mit Demenz brauchen eine sensible Umgebung, um möglichst gut und lange zu Hause und in ihrem vertrauten Umfeld leben zu können.

Themen der Veranstaltung:
- Was heißt Demenz?
- Wie begegne ich Menschen mit Demenz?
- Was leisten Familien und wo erhalten sie Informationen?
- Was können Demenz Partner tun? Was kann ich tun?
- Wo bekomme ich Unterstützung?

Demenz Partner
Eine Initiative der Deutschen Alzheimer Gesellschaft e.V.

Jutta Meder,
leitende Fachkraft psychosoziale Beratung Alzheimer Gesellschaft Bochum e.V., Case Managerin (EVFH RWL)
Christel Schulz,
Dipl.-Sozialpädagogin

Montag, 08.02.
Montag, 25.10.
jeweils 19:00 - 21:00 Uhr

Veranstaltung 2F

6 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Familien- und Krankenpflege Bochum

Ambulante Krankenpflege • Tagespflege • Intensivpflege • Autismus
Familienpflege/Betreuung • Demenz-WG's • Freiwilliges Soziales Jahr

Familien- und Krankenpflege
Autismus-Zentrum
Therapie und Begleitung

Autismus-Zentrum
Universitätsstraße 90
44789 Bochum

Mit dem **Autismus-Zentrum** unterstützt die Familien- und Krankenpflege Bochum gGmbH Menschen jeden Alters mit der Diagnose Autismus-Spektrum-Störung (ASS).

Die Mitarbeiter des **Autismus-Therapie-Zentrums** haben sich zum Ziel gesetzt, die Integration der Betroffenen in das Leben und die Interaktion mit dem Leben durch therapeutische Interventionen zu erleichtern. Der **Fachdienst Autismus** unterstützt Menschen mit ASS sowie ihre Familien gezielt in den Bereichen Schul- und Freizeitbegleitung und Ambulant Betreutes Wohnen.

0234 282530
-30/-40
oder
atz@fundk-bochum.de

Seit über 50 Jahren in Bochum! www.fundk-bochum.de

Selbstverletzendes Verhalten bei Jugendlichen

Selbstverletzendes Verhalten ist in der heutigen Zeit relativ weit verbreitet. Aus Untersuchungen ist bekannt, dass etwa jeder fünfte Jugendliche sich bereits absichtlich selbst verletzt oder Schmerzen zugefügt hat. Betroffene Jugendliche erfahren häufig Unverständnis, Vorwürfe und Zurückweisung durch ihr soziales Umfeld. Gleichzeitig fühlen sich die Eltern und Pädagogen der Betroffenen bisweilen überfordert und wissen nicht, wie sie sich gegenüber ihrem Kind verhalten sollen.

Dieser Vortrag informiert Eltern, Angehörige und Interessierte und beleuchtet den Umgang mit diesem meist schambesetzten Thema. Zudem gibt er einen Überblick über die aktuellen Forschungsergebnisse und neuen Therapieformen.

Dr. med. Katharina Radkowski, MPH
Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie

Dienstag, 18.05., 19:00 - 21:00 Uhr

Veranstaltung 2N

6 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Depressionen bei Kindern und Jugendlichen

Etwa 3-5% der Bevölkerung sind aktuell von einer behandlungsbedürftigen Depression betroffen, ca. 15-20% der Menschen erkranken zumindest einmal im Laufe ihres Lebens an einer depressiven Episode.

Eine Depression ist verbunden mit einem hohen Leidensdruck und starken psychosozialen Beeinträchtigungen in verschiedenen Lebensbereichen. Bei Kindern und Jugendlichen führen sie unter anderem zu Rückzug und schlechter sozialer Integration, Konflikten mit der Familie und Gleichaltrigen sowie schulischen und beruflichen Misserfolgen.

Dieser Vortrag informiert Angehörige und Interessierte grundsätzlich über das Krankheitsbild. Zudem gibt er einen Überblick über die aktuellen Forschungsergebnisse und Therapieformen.

Dr. med. Katharina Radkowski, MPH
Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie

Dienstag, 16.11., 19:00 - 21:00 Uhr

Veranstaltung 2N

6 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Hochsensibilität

Ein Vortrag für hochsensible Eltern

Hochsensibilität beschreibt eine Eigenschaft, durch die Menschen besonders viele Reize aus ihrer Umgebung aufnehmen. Sie sahen sich oftmals schon in ihrer Kindheit mit Aussagen, wie „Du bist aber empfindlich“ konfrontiert. Nur wenige Menschen wissen, dass sie hochsensibel sind, was zu Problemen und Überreizung im Alltag insbesondere mit Kindern führt.

Es erleichtert sehr, eine Erklärung für diese eigene Art der Wahrnehmung zu haben, um mehr auf die eigenen Grenzen und ausreichend Gelegenheiten der Erholung zu achten. Dieser Vortrag fördert das Verständnis für hochsensible Menschen und gibt Tipps für den häufig turbulenten Familienalltag. Er richtet sich an hochsensible Eltern sowie Interessierte.

Katja Glasmachers,
Diplom-Pädagogin,
Systemische Beraterin (DGSF)

Donnerstag, 20.05.
jeweils 19:30 - 21:00 Uhr

Veranstaltung 2N

8 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Raum und Zeit für Ihre Schwangerschaftsdiagnostik

Sprechstunden

Mo:	09-13 Uhr
	15-19 Uhr
Di:	09-13 Uhr
	15-19 Uhr
Mi:	09-13 Uhr
Do:	09-13 Uhr
	15-20 Uhr
Fr:	09-13 Uhr

Praxis für Pränatalmedizin

MUDr. Stanislava Polievka

Fachärztin für Gynäkologie und Geburtshilfe
Spezielle Geburtshilfe und Perinatalmedizin
DEGUM II

- Ersttrimesterscreening
- Organscreening
- Fetale Echokardiographie / Dopplersonographie / Invasive Diagnostik
- Chorionzottenbiopsie (Probe aus dem Mutterkuchen)
- Amniozentese (Fruchtwasseruntersuchung)
- 3-D / 4-D Ultraschall
- Humangenetische Beratung
- NIPT (Laboruntersuchung)
- Vermittlung zu psychosozialer Beratung

Alle Kassen und privat

T. 0234 / 509-5210 • Gudrunstr. 56 • 44791 Bochum • www.praxis-praenatal.de

Informationsabende zur Geburt für werdende Eltern

Die Stillende *- ars infantis*

PD Dr. med. Peter Kern,
Chefarzt der Frauenklinik,
Perinatalmediziner
Dr. med. Norbert Teig,
Leiter der Neonatologie, Neonatologe,
Universitätskinderklinik
Leitende Hebamme **Dagmar Benning**
und Hebammen des St. Elisabeth-
Hospitals Bochum,
Perinatalzentrum Level I

Pandemiebedingt bis auf Weiteres
jeden Dienstag, 15:00 und 16:00 Uhr

Cafeteria St. Elisabeth-Hospital,
Bleichstraße 15, 44787 Bochum

Veranstaltung 4B

Gebührenfrei
Anmeldung erforderlich

Infoabend
Elterngeld, Elternzeit, Mutterschutz & Co.
siehe Seite 46

Umsorgt – beschützt – geborgen

Ihrem Kind den Start in das Leben unter optimalen Bedingungen zu ermöglichen, ist der Wunsch vieler werdender Eltern. Die Vielzahl von Fragen und Angeboten mag verunsichern. Eigene Entscheidungen sind zu treffen: Woran merke ich, dass die Geburt losgeht? Gebären auf dem Hocker oder im Bett? Welche Methoden der Schmerzbehandlung unter der Geburt gibt es? Wie kann ich mich im Vorfeld mental und physisch fit machen?

Werdende Eltern sind herzlich eingeladen, sich vor Ort im St. Elisabeth-Hospital über alle Fragen rund um die Geburt zu informieren. Sie lernen in entspannter, persönlicher Atmosphäre das interdisziplinäre Team des Zentrums für Perinatalmedizin Bochum, bestehend aus erfahrenen Hebammen, FrauenärztInnen und KinderärztInnen kennen. Anschließend ist ein Besuch im Kreißsaal und auf der Wochenstation möglich.

Geburtsvorbereitungskurs

OFF LINE ON LINE

In den Geburtsvorbereitungskursen vermitteln die Hebammen des St. Elisabeth-Hosptials umfangreiche Informationen zu Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett. Außerdem sind Entspannungstechniken, Bewegungsabläufe während der Geburt sowie Atemübungen Teil des Kurses. Für individuelle Fragen wird es während des Kurses Zeit geben. Selbstverständlich gibt es auch die Gelegenheit, Kontakte mit anderen werdenden Eltern zu knüpfen.

Dieser Kurs findet im St. Elisabeth-Hospital statt.

Britta Voß, Caterina Engel, Judith Grimm,
Hebammen im St. Elisabeth Hospital in Bochum

Wochenendcrashkurse für Paare finden jedes erste und dritte Wochenende im Monat statt.

Fortlaufende Wochenkurse werden über unsere Internetseite kommuniziert.

Kurse 5A und 5C

Die Kosten werden von der Krankenkasse übernommen, Zusatzkosten für Ihren Partner werden Ihnen bei der Anmeldung mitgeteilt.

Geburtsvorbereitung für Frauen ab dem 2. Kind

Dieser Kurs ist speziell auf die Themen und Bedürfnisse von Schwangeren abgestimmt, die bereits ein Kind geboren haben. Neben klassischen Elementen der Geburtsvorbereitung (u.a. Atmung, Körperarbeit, Entspannung) geht es vor allem darum, sich bewusst Zeit für diese Schwangerschaft und dieses Baby zu nehmen. Gleichzeitig soll Raum und Zeit für den Austausch mit anderen werdenden Müttern geschaffen werden, z.B. auch über vorangegangene Geburtserlebnisse (Was war gut? Was wünsche ich mir dieses Mal anders?).

Ein weiteres Themengebiet bildet die Zeit des Wochenbetts einer Mehrgebärenden. Hier geht es um Themen wie die neue Rollenverteilung im Familienalltag, die Geschwister-Situation und mögliche Eifersucht.

Caterina Engel,
Hebamme im St. Elisabeth-Hospital in Bochum

Freitag, 10:30 - 12:00 Uhr
Termine in 2021:
15.1 - 19.2., 16.4 - 28.5., 27.8 - 1.10.

Kurs 5B

Die Kosten werden von der Krankenkasse übernommen. Die kursleitende Hebamme rechnet direkt mit der Krankenkasse ab.

Anmeldung erforderlich

Vorgeburtliche Stillberatung

OFF LINE ON LINE

In den ersten Tagen nach der Geburt müssen sich Mutter und Baby auf das Stillen einstellen. Dazu ist es wichtig, sich schon vor der Geburt einen umfassenden Überblick zu verschaffen.

Dieser Kurs findet im St. Elisabeth-Hospital statt.

Kursangebote für Schwangere sowie Rückbildungskurse ab Seite 47

Saskia Mietasch,
Gesundheits- und Kinderkrankenpflegerin, Still- und Laktationsberaterin IBCLC

Werktage, 18:15 - 20:15 Uhr
Termine in 2021:
12.01., 17.03., 05.05., 19.07., 21.09. und 16.11.

Veranstaltung 4A

8 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Pflege- und Wickelschulung

Die Pflege- und Wickelschulung richtet sich an werdende Eltern. Dabei steht die Pflege eines Neugeborenen im Mittelpunkt. Während der Schulung werden dazu allgemeine Infos vermittelt und praktische Übungen stattfinden. Hierbei liegt der Fokus auf dem Wickeln und Baden des neugeborenen Kindes.

Dieser Kurs findet im St. Elisabeth-Hospital statt.

Claudia Duncker-Bertels,
Kinderkrankenschwester

Donnerstag, 18:00 - 20:00 Uhr
Termine in 2021:
28.01.,25.02., 25.03., 22.04., 27.05., 24.06., 26.08., 23.09., 28.10., 25.11. und 16.12.

Veranstaltung 4A

8 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Schwangerschaftsdiabetes – und nun?

OFF LINE ON LINE

Die Häufigkeit der Diagnose Schwangerschaftsdiabetes („Gestationsdiabetes“) nimmt seit Jahren zu. Dies liegt zum einen daran, dass durch die Aufnahme der Untersuchung auf Schwangerschaftsdiabetes in die Mutterschaftsrichtlinien mehr Kontrollen erfolgen. Zum anderen führt das höhere Lebensalter und ein tendenziell steigendes Körpergewicht der Schwangeren zu höheren Fallzahlen.

Im Rahmen der Informationsveranstaltung werden die Ursachen, die Diagnose und die Folgen für Mutter und Kind thematisiert. Durch das Zusammenspiel einer angepassten Ernährung und gesteigerter Bewegung kann die Gesundheit von Mutter und Kind positiv beeinflusst werden. Wie das geht und wie die entsprechende Ernährung in den Lebensalltag übertragen werden kann, wird alltagsnah besprochen.

Claudia Krüger,
Ernährungsmedizinische Beraterin DGE und Diabetesberaterin DDG

Dienstag, 02.02., 15.06. oder 26.10.
jeweils 16:00 - 18:15 Uhr

Donnerstag, 15.04., 19.08. oder 09.12.
jeweils 9:30 - 11:45 Uhr

Veranstaltung 4A

6 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Männerabend

Gesprächsrunde für Papas

...das erste Lächeln, die ersten Schritte, die ersten Worte: Papa zu werden verzaubert das Leben. Zugleich ist die Geburt ein intensives Erlebnis, das kaum vorhersehbar ist und keiner anderen Lebenssituation gleicht. Dem werdenden Papa steht dabei unter der Geburt meist eine etwas unklare, abwartende, unterstützende Rolle zu. Der Schritt zur Elternschaft bedeutet darüber hinaus viele Veränderungen in Partnerschaft, Haushalt, Alltag und im Leben insgesamt.

Der Männerabend bietet einen informellen Raum des Austauschs – im Wechsel für werdende und für frischgebackene Papas – zu Erwartungen, Hoffnungen und Sorgen, Erlebnissen und Erfahrungen rund um die Geburt des ersten Kindes.

Sebastian Schmitz,
Papa, Hausmann und Fitnesstrainer
Gregor Betz,
Vater, Pädagoge und Soziologe

jeweils donnerstags, 19:00 - 21:30 Uhr
Für werdende Papas:
11.02., 10.06. und 07.10.
Für frischgebackene Papas:
15.04., 26.08. und 09.12.

Veranstaltung 4E

8 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Geschwistertraining

Der Geschwisterkurs bereitet Kinder auf den Umgang mit einem Neugeborenen in der Familie spielerisch vor. Mithilfe von Puppen üben die Kinder, ihr zukünftiges Geschwisterchen zu wickeln, es zu baden und zu füttern.

Für Kinder von 4 bis 10 Jahren.

Die Eltern sind während des Kurses nicht anwesend und können sich gerne während der Zeit in unserer Cafeteria aufhalten.

Dieser Kurs findet im St. Elisabeth-Hospital statt.

Katharina Kluy,
Mirella Kolodziej,
Krankenschwestern

Samstag, 10:30 - 12:00 Uhr
23.01., 08.05., 18.09.
Samstag, 14:30 - 16:00 Uhr
20.03., 03.07., 20.11.

Veranstaltung 4C

8 € pro Kind
Anmeldung erforderlich

Großelterntraining

Die Geburt eines Kindes und somit die Vergrößerung der Familie ist auch für die Großeltern eine neue und spannende Zeit. Großeltern sind eine hilfreiche und wichtige Unterstützung für die frischen Eltern, die sich nun in ihren neuen Aufgaben und Herausforderungen, die das neue Familienleben mit sich bringt, einfinden müssen.

Da Großeltern häufig in die Betreuung der Enkel mit einbezogen sind, soll dieser Kurs sie dabei unterstützen, sich in ihre Rolle einzufinden, ihren Erfahrungsschatz rund um die Versorgung des Babys auszubauen und neue Kenntnisse zu erwerben.

Dieser Kurs findet im St. Elisabeth-Hospital statt.

Maren Carneim,
Christiane Brinkmeyer,
Krankenschwestern

Montag, 14:00 - 16:00 Uhr
Termine in 2021:
08.02., 26.04., 21.06., 16.08.,
18.10. und 13.12.,

Veranstaltung 4D

10 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Gesprächskreis Geburtserlebnis

Die Geburt eines Kindes ist ein intensives, aufregendes Erlebnis. Doch nicht immer läuft alles so, wie im Vorfeld gewünscht oder gedacht. Immer wieder werden Maßnahmen ergriffen, die nicht gut kommuniziert sind oder als sehr unangenehm empfunden werden.

Oftmals kommen erst Monate später oder vor einer erneuten Schwangerschaft und Geburt Fragen auf, die kurz nach der Geburt noch nicht relevant waren. Der Gesprächskreis Geburtserlebnis ist offen für alle Frauen, die in geschütztem Rahmen über ihre Geburt reden möchten.

Caterina Engel,
Cornelia Weigelt,
Hebammen

Termine 2021:
18.02., 06.05., 09.06.,
27.09., 18.10., 18.11.
jeweils 18:00 - 19:30 Uhr

Veranstaltung 4G

6 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Trageberatung

Die Eltern-Kind-Bindung ist ein entscheidender Faktor für die Entwicklung eines Kindes. Diese wird durch das Tragen des Kindes gestärkt.

Verschiedene Tragehilfen werden vorgestellt und die Eltern im Umgang mit diesen unterstützt, sodass sie die für sie passende finden können. Der Kurs findet in Kleingruppen statt. Auch reine Vätergruppen werden angeboten. Vorhandene Tragehilfen können mitgebracht werden, um damit zu üben.

Dieser Kurs findet im St. Elisabeth-Hospital statt.

Bernadette Pommer,
Krankenschwester

Termine nach Vereinbarung

Interessentenliste 04A

39 € pro Person
60 € pro Paar
Anmeldung erforderlich

STEP – Systematic training for effective parenting

Elternsein ist eine der schönsten Aufgaben in unserem Leben. Es gibt aber auch Momente oder Tage, an denen sich Eltern überfordert oder unsicher fühlen, wenn z.B. der 2-jährige Max morgens einen Wutanfall bekommt, weil er sich nicht anziehen möchte; wenn die 7- und 9-jährigen Geschwister ständig streiten; wenn die 13-jährige Lisa „keinen Bock hat" zu Hause mitzuhelfen.
Ein einfacher und wirksamer Weg, das Familienleben zu entspannen und glücklicher zu gestalten, heißt STEP (engl. systematic training for effective parenting). Dieses Systematische Elterntraining richtet sich an Eltern von Kindern aller Altersklassen.

STEP-Themenabend – Erziehung macht Spaß
Beim STEP-Themenabend wird am Beispiel alltäglicher Spannungsfelder gezeigt, wie man durch Änderung des Blickwinkels zu kreativen Lösungsansätzen und Herangehensweisen gelangen kann, um das Miteinander in der Familie entspannter und freundlicher zu gestalten. Eltern haben hier die Gelegenheit, die Grundidee des STEP-Elterntrainings exemplarisch und unverbindlich kennenzulernen.

STEP-Elterntraining
Das STEP-Elterntraining ist eine intensive, fachlich angeleitete Auseinandersetzung mit der eigenen Rolle sowie der Interaktion mit den Kindern. Am Beispiel von alltäglichen Erziehungsproblemen macht das STEP-Training in Kleingruppen Eltern Mut zur Erziehung. In Gesprächen und Rollenspielen lernen Mütter und Väter am Beispiel alltäglicher Spannungsfelder, ihre Kinder zu selbstbewussten, verantwortungsvollen und demokratischen Menschen zu erziehen. STEP gibt Eltern einen „roten Faden" an die Hand, um im Alltag individuelle Lösungen für die jeweilige Familie zu finden.

Elke Erfmann-Heinrich,
Krankenschwester und
ausgebildete STEP-Trainerin

STEP-Themenabend
Donnerstag, 14.01. oder 26.08.
19:30 - 21:00 Uhr

Veranstaltung 3B

6 € pro Person
Anmeldung erforderlich

STEP-Elterntraining
Termine 2021:
jeweils donnerstags 19:30 - 21:30 Uhr
Seminar I
28.01. - 15.04.
Seminar II
02.09. - 18.11.
10 wöchentl. Einheiten à 120 Minuten

Veranstaltung 3B

190 € pro Person
300 € pro Elternpaar
Inklusive Schulungsmaterial
und Basisliteratur
Anmeldung erforderlich

Jesper Juul – Familienwerkstatt

Grenzen, Nähe, Respekt – Auf dem Weg zu einer glücklichen Eltern-Kind-Beziehung

Aufbauend auf Gedanken des renommierten Familientherapeuten Jesper Juul bietet Ihnen dieses Seminar die Möglichkeit, Ihre Handlungskompetenz als Eltern zu erweitern. Angesprochen werden Themen wie der Umgang mit Macht und Verantwortung für eine positive Beziehung, Möglichkeiten von Abgrenzung im guten Kontakt, der liebevolle Umgang mit „Nein", die Bewältigung von Konflikten sowie der Umgang mit Regeln und Wertvorstellungen. Sie sind herzlich eingeladen, sich eine kleine Auszeit zu nehmen, um sich mit anderen Eltern über diese Themen mit praktischen Übungen und eigenen Erfahrungen auszutauschen.

Sonja Mayr,
familylab-Seminarleiterin

Die Familienwerkstatt (Basisseminar)
findet an zwei Wochenenden statt.
Freitag, 04.06., 17:00 - 20:00 Uhr
Samstag, 05.06., 9:00 - 12:00 Uhr
Freitag, 18.06., 17:00 - 20:00 Uhr
Samstag, 19.06., 9:00 - 12:00 Uhr

Veranstaltung 3B

85 € pro Person
150 € pro Elternpaar
Anmeldung erforderlich

Katholisches Klinikum Bochum

St. Elisabeth-Hospital

UK RUB Universitätsklinikum der Ruhr-Universität Bochum

Geburt im „Eli"

Der Start ins Leben – sicher und geborgen

Unser Still-Angebot:

- Stillambulanz
  Mo. – Fr. 8:00 – 13:00 Uhr
  Station 17
- Stillcafé
  Mo. 8:30 – 12:00 Uhr und Di. 13:00 – 16:30 Uhr
  Altes Nähzimmer

Unsere Hebammensprechstunde:

- Mi. 10:00 – 15:30 Uhr
  Kreißsaal

St. Elisabeth-Hospital / Perinatalzentrum Bochum • Bleichstr. 15 • 44787 Bochum
www.klinikum-bochum.de/geburt

Umgang mit der Pandemie

Liebe Familien,

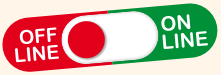
die Covid 19-Pandemie verlangt uns allen in hohem Maße Flexibilität, Kreativität und Zuversicht ab. In unseren Entscheidungen stehen wir als Familienforum in engem Austausch mit der Stadt Bochum und der Hygieneabteilung des Katholischen Klinikums. Sämtliche Angebote erfolgen in der Pandemiezeit unter Einhaltung jeweils zugeschnittener Hygienekonzepte sowie der jeweils tagesaktuell gültigen Verordnungen und Verfügungen des Landes NRW und der Stadt Bochum.

Das aktuell gültige Programm geben wir auf unserer Internetseite **www.familienforum-ruhrgebiet.de** bekannt. Unsere Teilnehmenden informieren wir bei notwendigen Änderungen oder Absagen umgehend per E-Mail.

Im vorliegenden Programmheft haben wir sämtliche Veranstaltungen, die bei Bedarf in Onlineveranstaltungen über die Videokonferenzplattform Microsoft Teams® umgewandelt werden können, mit unten stehendem Symbol markiert. Zudem haben wir einige Veranstaltungen von vornherein als Onlineangebote konzipiert, die ebenso durch ein Symbol kenntlich gemacht sind. In der Zuversicht, die Pandemie bald gemeinsam überstanden zu haben, sagen wir:

Willkommen im Familienforum!

Onlineveranstaltungen



Präsenzveranstaltungen, die im Fall von Beschränkungen (kurzfristig) online stattfinden.

Veranstaltungsreihe: Covid19 im Familienleben

Das Coronavirus SARS-CoV-2 bestimmt seit Anfang 2020 viele Bereiche unseres Lebens und stellt auch für Familien eine große Belastung dar. Immer wieder tauchen selbst bei alltäglichen Dingen Unsicherheiten und Fragen auf.

Doch an wen kann man sich wenden? Durch eine Reihe an Onlinevorträgen von namhaften ExpertInnen aus Kindermedizin, Psychologie und Pädagogik möchten wir Sie durch diese Krise begleiten. Themen und Termine werden über unsere Homepage **www.familienforum-ruhrgebiet.de** bekanntgegeben.

Dr. med. Folke Brinkmann,
Kinderärztin, Infektiologin, Pneumologin und Leiterin der Studie „CorKID“
Chantal Matenar,
Studienkoordinatorin der Studie „CorKID“ und weitere ExpertInnen zur Covid 19-Pandemie

Veranstaltung 1A

6 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Schnullerfrei, windelfrei und andere große Abschiede

Kinder liebevoll begleiten

Kindheit ist ein fortlaufender Abnabelungsprozess. Ob ins eigene Kinderbett, auf das eigene Töpfchen oder zu eigenem Besteck: Von klein auf begleiten wir Eltern die Kleinen in die Eigenständigkeit und trösten sie über mal größere, mal kleinere Abschiede hinweg.

Wie diese Abschiede gelingen und als positive Erfahrungen der Selbstständigkeit und des Selbstbewusstseins gestaltet werden können, ist Thema dieses Infoabends.

Katharina Ull,
Erzieherin

Dienstag, 04.05.
Donnerstag, 11.11.
19:30 - 21:00 Uhr

Veranstaltung 3A

8 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Liebe allein genügt nicht

OFF LINE ON LINE

Klarheit, Grenzen, Konsequenzen

Eltern bemühen sich heute, ein autoritäres Erziehungsverhalten zu vermeiden, das die Kinder in ihrer Selbstbestimmung und Persönlichkeitsentwicklung behindert. Der pädagogische Anspruch, mit Kindern „zu verhandeln“, das Bemühen, sie durch Nachgiebigkeit, Bitten und Diskussionen zu gewinnen, erweist sich jedoch als unrealistisch. Nun kommen die eigenen Bedürfnisse zu kurz, nervenaufreibende Machtkämpfe, Wutausbrüche und „Dauerdiskussionen“ sind die Folge.

In diesem Vortrag lernen Eltern Verhaltensweisen und Grundeinstellungen kennen, die Möglichkeiten bieten, Kinder zu leiten und zu begleiten, sie in ihrer Selbstverantwortung zu stärken und ihnen Sicherheit und Orientierung zu geben.

Achim Schad,
Diplom-Sozialpädagoge,
Paar- und Familientherapeut

Mittwoch, 09.06., 19:30 - 21:45 Uhr

Veranstaltung 3C

9 € pro Person
Anmeldung erforderlich

SANITÄTSHAUS
EMIL KRAFT
ORTHOPÄDIE-TECHNIK
&
ORTHOMED
Medizinisches Leistungs- und Rehabilitationszentrum GmbH
ein starkes Team

„Hilfsmittel und mehr“ *beruhigend und stimulierend für die Sinne* - www.protac.dk/de
Kontakt: Sanitätshaus Emil Kraft & Sohn GmbH & Co. KG - Klönnestr. 86 - 44143 Dortmund - **www.san-kraft.de**

Lernmotivation bei Kindern fördern

OFF LINE ON LINE

Kinder lernen pausenlos, sogar im Schlaf und sie lernen gerne. Mangelnde Lernmotivation, Unkonzentriertheit und „Begriffsstutzigkeit“ sind Warnsignale, die auf äußere störende Einflüsse und innere Probleme des Kindes hinweisen. Eltern können zur Beseitigung dieser Störungen und Probleme oft mit einfachen Mitteln beitragen.

Der Referent Achim Schad informiert in dieser Veranstaltung darüber, wie Lernen überhaupt funktioniert. Zudem geht es um folgende Fragen: Welche Einflüsse beeinträchtigen die Lernfreude und Lernbereitschaft? Wie kann ich die Konzentrationsfähigkeit und Lernmotivation meines Kindes fördern? Wie unterstütze ich mein Kind beim schulischen Lernen richtig?

Zeit für individuelle Fragen ist eingeplant!

Achim Schad,
Diplom-Sozialpädagoge,
Paar- und Familientherapeut

Mittwoch, 03.11., 19:30 - 21:45 Uhr

Veranstaltung 3F

9 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Gesunde Mediennutzung in der Familie

OFF LINE ON LINE

Für Eltern von Kindern im Alter von 0 - 10 Jahren

Digitale Medien wie Smartphone und Tablet gehören zum Alltag vieler Kinder. Sie sind aus der heutigen Zeit nicht mehr wegzudenken. Uns allen hat das vergangene Jahr gezeigt, wie wichtig auch digitale Unterrichtsmöglichkeiten geworden sind. Doch ab wann sollten digitale Medien bei Kindern zum Einsatz kommen? Was benötigen unsere Kinder noch für eine gesunde Entwicklung?

Einen angemessenen Umgang mit digitalen Medien gilt es altersentsprechend zu üben, aber auch zu reglementieren. Dieser Elternabend gibt Anregungen, wie Familien den Einsatz von Medien im Alltag intelligent nutzen können und bietet ebenfalls Möglichkeit zum Austausch.

Sylvia Meier,
Präventionsassistentin/DAPG e.V.,
Bochum

Donnerstag, 06.05.,
Dienstag, 07.09.,
Donnerstag, 04.11.,
jeweils 19:30 - 21:00 Uhr

Veranstaltung 3E

6 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Mama, chill mal!

OFF LINE ON LINE

Kinder in der Pubertät

Viele Eltern erleben die Pubertät ihrer Kinder als mühsame oder schwierige Zeit. Was verändert sich beim Kind mit dem Eintritt in die „Pubertät“? Wie viel Verantwortung kann den Kindern und Jugendlichen übertragen werden? Wie sollte mit den häufigen Konfliktthemen Schule, TV, Computer und Handynutzung umgegangen werden? Welche Regeln des Zusammenlebens sind sinnvoll? Wie können Konflikte „entschärft“ werden? In diesem Seminar werden geeignete „Familienregeln“ und Konfliktlösungsmöglichkeiten vermittelt.

Achim Schad,
Diplom-Sozialpädagoge,
Paar- und Familientherapeut

Montag, 30.08., 19:30 - 21:45 Uhr

Veranstaltung 3C

9 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Gemeinsam für die Gesundheit der Kinder in Bochum

Kinder dieser Region liegen uns am Herzen. Frühe Diagnostik und frühe Therapie sind unser Leitgedanke. Besondere Aufmerksamkeit erfahren bei der Zielsetzung der Stiftung Kinderzentrum Ruhrgebiet behinderte und von Behinderung bedrohte Frühgeborene, Säuglinge und Kinder. Sie und ihre Familien sollen ein Netzwerk der Hilfe und Unterstützung erfahren. Wir suchen: Fördermitglieder, Sponsoren/Spender und Helfer.

T (0234) **509 28 00**
www.kiz-ruhr.de

Wir sind die Klinik in Bochum für die Behandlung und Betreuung von akut und chronisch erkrankten Kindern und Jugendlichen. Neben der breiten Grundversorgung aller akuten medizinischen Probleme bieten wir zur Behandlung von chronischen oder speziellen Krankheiten folgende Schwerpunkte: Allergien, Lungenerkrankungen, Immunologische Beschwerden, Störungen von Nerven- oder Muskelsystem, Störungen des Verdauungssystems, Betreuung von Diabetes und Rheuma bei Kindern, Störungen im Hormonhaushalt, Versorgung von unreifen und kranken Neugeborenen.

T (0234) **509 26 31**
www.kinderklinik-bochum.de

Wir als Elterninitiative bieten Unterstützung und sind Ansprechpartner für Familien mit einem Kind mit Behinderung. Im Rahmen von Gesprächen und gemeinsamen Aktivitäten wollen wir versuchen, die alltäglichen Probleme und Ängste aufzufangen. Aus den Bedürfnissen und Anregungen der Eltern entwickeln wir konkrete Angebote für Kinder, Jugendliche und Angehörige, die im Programmheft des Familienforums-FBS oder auf unserer Internetseite zu finden sind. Unterstützen Sie uns durch ehrenamtliche Mitarbeit, Mitgliedschaft oder Spenden.

info@menschenskinder-bochum.de
www.menschenskinder-bochum.de

STIFTUNG
KINDERZENTRUM
RUHRGEBIET

St. Josef-Hospital
Klinik für Kinder- und Jugendmedizin
Klinikum der Ruhr-Universität Bochum

menschen & kinder
Elterninitiative für Kinder mit Behinderung

Kindergarten oder Tagesmutter?

Was ist das Beste für mein Kind?

Spätestens, wenn der Nachwuchs auf der Welt ist, machen sich Eltern Gedanken über die zukünftige Betreuung. Dabei kommen oft die ersten Fragen, Ängste und Sorgen auf. Als Eltern möchte man nur die bestmögliche Betreuung für seinen Schützling, schließlich handelt es sich bei der Kinderbetreuung um die erste große Institution des Lebens außerhalb der Familie. Die Entscheidung will daher gut durchdacht sein.

Die erfahrene Erzieherin und zweifache Mutter, Katharina Ull, teilt in diesem Kurs ihre Erfahrungen und vergleicht gängige Betreuungsformen miteinander. Dabei geht sie auf mögliche Sorgen und Ängste der Eltern ein, um die Entscheidung für die jeweils geeignete Betreuungsform zu erleichtern.

Katharina Ull,
Erzieherin

Donnerstag, 09.09.,
19:30 - 21:00 Uhr

Veranstaltung 3A

8 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Tornister-ABC – Guter Start in die Schule

Mit der Einschulung geht ein Kind einen großen Schritt in die Eigenständigkeit. Doch was muss ein Schulkind können, damit es für den Schulstart gerüstet ist?

Der Kurs richtet sich an Vorschulkinder mit bereits erkennbarem Förderungsbedarf und ihre Eltern. Ziel ist es, die für den Schulalltag erforderlichen motorischen, kognitiven und sozialen Fähigkeiten zu erwerben. Mit den Kindern wird dabei praktisch und interaktiv z.B. darüber gesprochen, wie ein Stift zu halten ist, wie mit Arbeitsutensilien umgegangen wird, wie der Schulweg sicher gemeistert wird und wie man Ordnung hält. Der Kurs wird phasenweise in Kinder- und Elterngruppen aufgeteilt, sodass auch die Eltern ihre Kinder weiter unterstützen können. Damit steht einem guten Start in die Schule voller Neugierde und Wissensdurst nichts mehr im Wege.

Isabell Bachmann,
Ergotherapeutin, gemeinsam mit Studierenden der Ergotherapie

Montags ab 12.04., 8 Termine
jeweils 16:00 - 17:30 Uhr

Veranstaltung 3F

50 € pro Eltern-Kind-Paar
Anmeldung erforderlich

In Kooperation mit der Hochschule für Gesundheit.

Tornister-ABC – Begleitung im Schulalltag

Der erste Schultag ist ein großer Schritt in Richtung Eigenständigkeit. Ungewohnte Tagesabläufe, neue Wege, lange Konzentrationsphasen, neue Bezugspersonen... Der grundlegend geänderte Alltag verlangt den Kindern zugleich einiges ab. Oftmals zeichnet sich in den ersten Schulwochen ab, dass frisch gebackene ErstklässlerInnen zusätzliche Unterstützung gebrauchen können.

Ziel des Kurses ist es, diese ErstklässlerInnen dabei zu unterstützen, die für den Schulalltag erforderlichen motorischen, kognitiven und sozialen Fähigkeiten zu erwerben. Dabei werden die gesammelten Erfahrungen in der Schule aufgegriffen. Phasenweise wird der Kurs in Kinder- und Elterngruppen aufgeteilt, sodass auch die Eltern ihre Kinder weiter unterstützen können.

Isabell Bachmann,
Ergotherapeutin, gemeinsam mit Studierenden der Ergotherapie

Montags ab 04.10., 8 Termine
jeweils 16:00 - 17:30 Uhr

Veranstaltung 3F

50 € pro Eltern-Kind-Paar
Anmeldung erforderlich

In Kooperation mit der Hochschule für Gesundheit.

Karriereforum Mütter

Viele Mütter stellen sich nach der Elternzeit Fragen zu ihrem Wiedereinstieg in eine Berufstätigkeit. Oftmals sind in dieser Phase grundsätzliche Entscheidungen notwendig. Diese vorzubereiten und in lockerer und vertraulicher Runde über die verschiedenen Aspekte der Rückkehr in den Beruf zu sprechen, ist Ziel der Veranstaltungen im Karriereforum Mütter. Dabei sollen im Austausch miteinander Lösungsansätze für die Gestaltung der beruflichen Zukunft entwickelt werden.

Angeboten werden vier Termine, die jeweils separat gebucht werden können:

Termin 1 Auf der Suche nach dem beruflichen Wiedereinstieg - Fragen und Antworten zur Teilzeit in Elternzeit
Dieser Termin richtet sich an alle Mamas, die den Wiedereinstieg suchen und während der Elternzeit bei ihrem Arbeitgeber (oder auch bei einem neuen Arbeitgeber) Teilzeit in Elternzeit arbeiten möchten. Neben den rechtlichen Rahmenbedingungen, Möglichkeiten und Fristen bleibt ausreichend Raum für individuelle Fragestellungen.

Termin 2 Auf der Suche nach einem neuen Job - Fragen und Antworten zum Bewerbungsprozess für Mütter
Dieser Termin richtet sich an Mütter, die nach ihrer Elternzeit nicht zu ihrem bisherigen Arbeitgeber zurückkehren können oder wollen. An diesem Vormittag sprechen wir über Tipps und Tricks für die Jobsuche und was Eltern von kleinen Kindern bei ihren Bewerbungen beachten sollten.

Termin 3 Auf der Suche nach etwas ganz Neuem - Berufliche Neuorientierung für Mütter
Oftmals verschieben sich die Interessen und Prioritäten junger Mütter so sehr, dass sie ungerne in ihren alten Job zurückkehren möchten. Viele wissen zwar, was sie nicht mehr machen möchten, aber sie haben noch keine klare Vorstellung, wie ihre berufliche Zukunft stattdessen aussehen soll. Ergebnisoffen und im geschützten Raum erhalten die Teilnehmerinnen dieses Vormittags eine erste Orientierungshilfe und Impulse, wie sie sich beruflich neu positionieren können.

Termin 4 Auf der Suche nach beruflicher Selbstverwirklichung - Schritte in die haupt- oder nebenberufliche Selbständigkeit von Müttern
Dieser Kurs richtet sich an Mütter, die sich vorstellen können, dass die berufliche Selbstständigkeit eine echte Alternative zum Angestelltenverhältnis sein kann. Was ist bei der Selbstständigkeit zu beachten? Und was sind die ersten Schritte, um den Sprung in die Selbstständigkeit zu wagen? Dieser Termin ist für alle Mütter, die mit dem Gedanken der Selbstständigkeit spielen, sich aber bislang nicht getraut haben oder auch gar nicht genau wissen, ob es für sie das Richtige ist.

OFF LINE ON LINE

Verena Dias,
Diplom-Kauffrau, Job-Coach, Mediatorin

Termin 1
Teilzeit in Elternzeit
Mittwoch, 08.09., 10:00 - 12:00 Uhr

Termin 2
Bewerbungsprozess
Mittwoch, 15.09., 10:00 - 12:00 Uhr

Termin 3
Berufliche Neuorientierung
Mittwoch, 22.09., 10:00 - 12:00 Uhr

Termin 4
Selbstständigkeit
Mittwoch, 29.09., 10:00 - 12:00 Uhr

Veranstaltung 3A

12 € pro Person und Termin
Anmeldung erforderlich

Kinder können mitgebracht werden.

Beikost-Einführung

OFF LINE ON LINE

Milchmahlzeiten haben Ihr Baby in den ersten Monaten prima versorgt. Jetzt möchte es mehr! Für seine weitere Entwicklung braucht es zusätzliche Energie und Nährstoffe - der Bedarf steigt, ebenso wie die Neugier auf andere Lebensmittel. Die Beikostzeit beginnt. Doch aller Anfang ist schwer: das Baby muss sich erst langsam an Löffelchen und feste Kost gewöhnen. Woran erkenne ich, ob mein Baby schon bereit ist? Und was biete ich ihm an?

Basierend auf wissenschaftlichen Ernährungsempfehlungen geht es in dieser Veranstaltung um gesunde Ernährungserziehung wie eine liebevolle Begleitung, sich Zeit für die Mahlzeiten zu nehmen sowie die Signale des Kindes wahrzunehmen und richtig zu interpretieren.

Dieser Kurs findet im St. Elisabeth-Hospital statt.

Jutta Jung,
Kinderkrankenschwester, Babymassseurin, Entspannungspädagogin
Ina Kröger,
Hebamme

Dienstag, 10:00 - 12:15 Uhr
19.01., 16.02., 16.03., 20.04., 18.05., 15.06., 24.08., 21.09., 26.10., 16.11. und 14.12.

Veranstaltung 4F

6 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Babys können gerne mitgebracht werden.

Baby Led Weaning

Das etwas andere Beikostkonzept

Fühlen, riechen, schmecken: Für Babys ist die Einführung von Beikost mit unzähligen neuen Sinneswahrnehmungen verbunden. Baby Led Weaning (BLW, wörtlich übersetzt babygesteuerte Entwöhnung) ist ein zur klassischen Beikost mit Babybrei alternatives Ernährungskonzept, das mit „Beikost nach Bedarf“ zusammengefasst werden kann. Anstelle von Brei bekommt das Baby von Anfang an feste Nahrung und isst am Familientisch mit.

In diesem Kurs werden die Grundlagen des BLW aufgezeigt und konkrete Hilfen zur Beikosteinführung ohne Füttern von Brei im klassischen Sinn geboten.

Dieser Kurs findet im St. Elisabeth-Hospital statt.

Ruth Peters,
Kinderkrankenschwester

Dienstag, 19.01., 13.04., 13.07. oder 19.10.
jeweils 9:30 - 11:30 Uhr

Veranstaltung 4F

8 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Einfaches Kochen mit Yummi Jupp!

Kochnachmittag für Großeltern und Enkel

„Wer selber kochen kann, isst bewusster!“ Unter diesem Motto lädt das renommierte Forschungsdepartment Kinderernährung (FKE) gemeinsam mit dem Chefkoch des Katholischen Klinikums und dem Maskottchen der Kinderklinik Esel Jupp zur spannenden Reise in die Welt der Lebensmittel, Rezepte und Zubereitungen. Kinder im Grundschulalter lernen mit ihren Großeltern spielerisch, warum uns etwas schmeckt, welche Zutaten sich gut ergänzen und wie ein selbst zubereitetes Essen die eigenen Fertigkeiten fördert. Gemeinsam werden kinderleichte Rezepte mit einfachen Zutaten ausprobiert und verzehrt. Beim gemeinsamen Essen erleben die Kinder, dass gesundes Essen richtig lecker schmeckt.

Für Grundschulkinder mit einem Großelternteil.

Martin Knorr,
Chefkoch Katholisches Klinikum Bochum
NN,
Ernährungsexperte
Forschungsdepartment Kinderernährung

Mittwochs 05.05., 09.06., 01.09. und 06.10.
jeweils 16:00 - 19:00 Uhr

Veranstaltung 3D

28 € Großeltern-Enkel-Paar
Anmeldung erforderlich

Entwicklung der Ernährung vom Säugling bis zum Jugendlichen

Grundlagen und Praxis

In keinem Altersabschnitt ändert sich die Ernährung so grundlegend wie im ersten Lebensjahr, von der Milchernährung über die Beikost zur Teilnahme an der Familienkost. Später kommen zunehmend auch Einflüsse aus dem Umfeld hinzu. Studien zeigen den Einfluss früher Geschmackserfahrungen auf die Entwicklung von Nahrungspräferenzen. Auch die Namensgebung oder die Erreichbarkeit der Speisen kann die Essensentscheidungen bei Kindern beeinflussen. In dem Seminar wird der aktuelle Wissensstand zur Ernährung vom Säugling bis zum Jugendlichen den heutigen Herausforderungen und Familien gegenübergestellt. Es gibt alltagstaugliche Ratschläge über die gesamte Spanne der kindlichen Entwicklung und wie die Verwendung von Fertigprodukten ohne schlechtes Gewissen möglich ist.

Prof. Dr. Mathilde Kersting,
Leitung Forschungsdepartment Kinderernährung, Universitätskinderklinik Bochum

Dienstag, 23.03.,
Montag, 06.09.,
jeweils 19:30 - 21:00 Uhr

Veranstaltung 3D

6 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Mit dem Essen spielt man doch!

Impulse für einen kreativen Familien-Essalltag

Monster-Gesichter auf der Pizza, eine Kette aus Erdbeeren und „Spaghetti, die aus Würsten wachsen“ – Lebensmittel sind ein wunderbares Material zum Spielen und für Essperimente! Wie können der Spieldrang und die Neugierde von Kindern in Bezug auf Lebensmittel gestärkt und gleichzeitig eine wertschätzende Haltung vermittelt werden? Die Kulturkulinarikerin Katrin Schwermer-Funke vermittelt Ideen und Impulse für einen kreativen Familien-Essalltag. Sie hat viele Kurse zu dem Thema mit Eltern und Kindern unterschiedlicher Altersgruppen durchgeführt und ist überzeugt, dass Essen nicht nur satt machen sollte, sondern auch Spaß machen darf.

Katrin Schwermer-Funke,
Kulturkulinarikerin

Mittwoch, 08.09., 19:00 - 21:15 Uhr

Veranstaltung 3D

12 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Ein Herz für Herzkartoffeln

Tipps gegen Lebensmittelverschwendung im Familienalltag

Wofür kann man Apfelschalen noch gebrauchen? Was gibt es für leckere Ideen fürs Reste-Essen? Und wie lassen sich Lebensmittel konservieren?

Die Kulturkulinarikerin Katrin Schwermer-Funke klärt auf, an welchen Stellen der Nahrungsmittelkette Lebensmittel aus welchen Gründen verschwendet werden und gibt anschließend Tipps, was jede/r ganz praktisch dagegen tun kann. Wie verhindere ich, dass ich abgelaufene Joghurts im Kühlschrank vergesse? Sind vielleicht viel mehr Teile vom Gemüse essbar, als ich bisher dachte? Wie kann ich Lebensmittel im Familienalltag stärker wertschätzen und was hat ein Sonntagsbraten damit zu tun?

Katrin Schwermer-Funke,
Kulturkulinarikerin

Mittwoch, 29.09., 19:00 - 21:15 Uhr

Veranstaltung 3D

12 € pro Person
Anmeldung erforderlich

JAKO·O
einfach Kind sein

Bochum | Ruhrpark
www.jako-o.com

Kindermode · Spielzeug · Babywelt
Kreatives · Lernen · Praktisches

www.jako-o.com/filialen

5€* Gutschein
F8043

*** für Ihren Einkauf ab 30 € Einkaufswert!**

Gültig 1 x pro Haushalt bis 31.12.2021. Nur gegen Abgabe dieses Coupons in der Filiale Bochum einlösbar. Keine Barauszahlung möglich! Gilt nicht für bereits reduzierte Artikel, Gutscheine, Möbel, Seminare und buchpreisgebundene Artikel. Nicht mit anderen Vorteilen kombinierbar. F8043

JAKO-O - eine Marke der HABA Sales GmbH & Co. KG • August-Grosch-Str. 28-38 • 96476 Bad Rodach

Anschauen · Anfassen · Ausprobieren!

Autorenlesung: Mein wasserdichtes Baby

Aeneas T. Rooch,
Autor

Einführung und Moderation
Prof. Dr. Thomas Lücke,
Chefarzt Universitätskinderklinik Bochum

Mittwoch, 16.06., 19:00 - 21:15 Uhr

Veranstaltung 3A

6 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Verblüffende Phänomene aus dem Babyversum wissenschaftlich erklärt

Wissenschaftsjournalist und Bestsellerautor Aeneas Rooch nimmt uns mit auf eine fulminante Reise in die wunderbare Welt der Babys. Witzig, fesselnd und wissenschaftlich fundiert erzählt er von erstaunlichen Erkenntnissen aus dem Alltag mit den Kleinsten.

Besitzen Babys einen Tauchreflex? Ist es gesund, wenn Eltern den Schnuller ablecken? Sind Nüsse für Kinder wirklich gefährlich? Und was ist dran an der Regel, dass man heruntergefallene Lebensmittel, die weniger als fünf Sekunden auf dem Boden lagen, bedenkenlos essen kann? Aeneas Rooch lüftet die Rätsel des Elternalltags.

Lebendiges Vorlesen

Geschichten sind unbegrenzte Reisen der Fantasie. Sie eröffnen gerade Kindern neue Welten, fremde Zeiten und Einblicke in die Gedanken- und Gefühlswelt Anderer. Das gemeinsame Erzählen und Vorlesen von Geschichten bietet zudem intensive Momente des familiären Miteinanders.

Dieses Seminar beschäftigt sich mit dem Vorlesen von Geschichten aus Kinder- und Bilderbüchern. Wo setzen wir Akzente? Wie können wir unterschiedliche Figuren einer Geschichte nur mit Hilfe unserer Sprache und Stimme zum Leben erwecken? Die Teilnehmenden bekommen Bausteine zum anschaulichen und spannenden Vorlesen von Büchern sowie erprobte Tipps und Anregungen aus der Praxis zum lebendigen und kindgerechten Beleben und Gestalten einer Geschichte.

Robby Plücker,
Schauspieler und Musical-Darsteller

Mittwoch, 19.05.
Montag, 08.11.
jeweils 19:30 - 21:45 Uhr

Veranstaltung 3A

8 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Gestresste Eltern – gestresste Kinder!

OFF LINE ON LINE

Wie bleibe ich gelassen?

Das Leben mit Kindern ist wunderschön - aber manchmal auch ganz schön stressig und oft ganz anders als gedacht. Doch eigentlich verfolgen Eltern im Wesentlichen ein Ziel: Man will seine Kinder so erziehen, dass sie sich zu selbstbewussten und starken Persönlichkeiten entwickeln. Man will respektvoll mit ihnen umgehen und ihre Würde achten. Und trotzdem landen sehr viele im Alltag doch immer wieder beim Herumnörgeln und Schimpfen. Die täglichen Auseinandersetzungen und kleinen Katastrophen zerren manchmal ganz schön an den Nerven!

An diesem Abend geht es darum, realistische Vorstellungen zu entwickeln und mithilfe von Verständnis und Verständigung Mittel gegen den Stress zu entdecken.

Veronika Spanke,
Dipl.-Theologin, Dipl.-Religionspädagogin, zertifizierte Kess®-erziehen-Seminarleiterin

Dienstag, 02.03., 19:30 - 21:45 Uhr

Veranstaltung 3A

8 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Geschwister – eine besondere Beziehung!

OFF LINE ON LINE

Wie Hund und Katze!

An einem Tag schreien sie sich an, hauen, beißen und zerstören das Spielzeug des Bruders oder der Schwester, am nächsten Tag hocken sie friedlich zusammen und entwerfen große Projekte aus Bausteinen. Eltern stehen oft fassungslos dabei und fragen sich, wann und wie sie einschreiten müssen. An diesem Informationsabend werden folgende Themen angesprochen und diskutiert: Was sind die Ursachen für Geschwisterstreitigkeiten? Wo liegen die Chancen in der Beziehung? Was können Eltern tun, um ein gutes Geschwisterverhältnis zu fördern?

Angesprochen sind neben Familien mit mehreren Kindern auch jene Eltern, die demnächst ein zweites Kind erwarten und erfahren wollen, wie man Geschwisterrivalitäten schon im Vorfeld auffangen kann.

Veronika Spanke,
Dipl.-Theologin, Dipl.-Religionspädagogin, zertifizierte Kess®-erziehen-Seminarleiterin

Dienstag, 28.09., 19:30 - 21:45 Uhr

Veranstaltung 3A

8 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Babys können mitgebracht werden.

WIR HABEN BOCK AUF BOCHUM

stadtwerke-bochum.de

STADTWERKE BOCHUM

Zukunftsfamilien

Familienalltag nachhaltig gestalten

Familien sind ein Zukunftsprojekt: Mit dem Nachwuchs beginnen Eltern, die Zukunft in besonderer Weise zu prägen. Der Wunsch liegt dabei nahe, den eigenen Kindern eine lebenswerte Welt zu gestalten und das Familienleben möglichst ökologisch nachhaltig zu führen. Doch wo beginnen? Unsere Lebensweisen sind komplex, Informationen und Labels zu Nachhaltigkeit kaum überschaubar oder gar widersprüchlich. Der fortlaufende Kurs ‚Zukunftsfamilien' richtet sich an Familien, die den Wunsch verspüren, ihr Leben in stärkerem Einklang mit den natürlichen Grenzen unseres Planeten zu gestalten. Basierend auf einer Reflexion ihres Alltagshandelns, einem Wissensaustausch und ergänzenden Impulsen werden die Familien dabei begleitet, ihre Alltagsroutinen zu beleuchten, diese in Frage zu stellen und nach Alternativen zu suchen.

Christina Siebert-Husmann,
Sozialwissenschaftlerin
Dr. phil. Gregor Betz,
Pädagoge und Soziologe

5 Termine
Montag, 01.02., 08.02., 22.02.,
08.03. und 22.03.
jeweils 19:30 - 21:45 Uhr

Veranstaltung 3G

50 € pro Person
80 € pro Paar
Anmeldung erforderlich

Vaterrolle

Vaterliebe ist einzigartig, denn sie bleibt ein Leben lang bestehen und verändert sich doch ständig. Dem Kind gewährleistet sie Schutz und Orientierung und dem Vater eröffnet sie einen völlig neuen Lebenssinn, denn das Vatersein ist die wohl wichtigste Aufgabe im Leben eines Mannes. Wie beim Erklimmen eines Berges braucht es Entschlossenheit, Geduld und Durchhaltevermögen. Victor Chu zeigt, welche Herausforderungen ein Mann meistern muss, um ein guter Vater zu werden. Er gibt außerdem Antworten auf die Fragen, inwiefern sich die Vaterrolle im Laufe des Lebens verändert, welchen Einfluss die Partnerschaft auf das Vatersein hat und welche psychischen Folgen ein Vatermangel für die Töchter und Söhne haben kann.

Dr. med. Dipl. Psych. Victor Chu,
Psychotherapeut, Ausbilder in Gestalttherapie und Familienstellen, Buchautor

Moderation
Prof. Dr. med. Dipl.-Psych. R. G. Siefen,
Facharzt für Kinder- und Jugendpsychiatrie

Dienstag, 15.06., 19:30 - 21:30 Uhr

Veranstaltung 3A

6 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Aus Liebe zur Tradition

Wir feiern gemeinsam

Maike und Ed van Haaster von der Stadtwache feiern im Jahr 2021, genauso wie die gesamte Stadt, das große Jubiläum 700 Jahre Bochum. Neben der Festwoche vom 8. bis 13. Juni 2021 als Höhepunkt der Feierlichkeiten, wird es das ganze Jahr über viele Veranstaltungen und Aktionen geben.

www.bochum-700.de

Förderer des Stadtjubiläums

Sparkasse Bochum

STADTWERKE BOCHUM

Wie werden Eltern ein Dreamteam?

Konflikte zwischen Eltern lösen

„Frauen sind anders, Männer auch“. In Fragen der Kindererziehung denken und handeln sie ebenfalls oft unterschiedlich. Darüber hinaus bestimmen die verschiedenen Rollen in der Familie die Beziehungen von Vater und Mutter zu den Kindern. Zahlreiche Konflikte und Erziehungsschwierigkeiten in der Familie hängen mit diesen unterschiedlichen Auffassungen, Positionen und Erziehungsstilen der Eltern zusammen.

In diesem Vortrag wird die Bedeutung der elterlichen Kooperation thematisiert. Es werden Möglichkeiten aufgezeigt, mit Unterschieden umzugehen, Gemeinsamkeiten zu entwickeln und als Elternteam effektiv zu sein.

OFF LINE ON LINE

Achim Schad,
Diplom-Sozialpädagoge,
Paar- und Familientherapeut

Montag, 01.03.
19:30 - 21:45 Uhr

Veranstaltung 3C

9 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Mit Kindern über den Tod sprechen

Offener Gesprächsabend

Tod und Sterben gehören zum Leben. Vor dieser Realität bleiben auch Kinder nicht verschont. Schon wenn das geliebte Haustier stirbt – erst recht aber beim Tod eines nahen Menschen stellt sich die Frage: Wie können wir mit Kindern so darüber sprechen, dass es hilfreich ist zur Trauerbewältigung und zum Leben?

Herzliche Einladung an alle Betroffenen zu einem offenen Gespräch!

Lisa Lepping,
Diplom-Theologin, Seelsorgerin in der Universitätskinderklinik Bochum,
Pastoralreferentin

Mittwoch, 03.03. oder 03.11.,
jeweils 19:00 - 20:30 Uhr

Veranstaltung 3A

Gebührenfrei
Anmeldung erforderlich

Elterngeld, Elternzeit, Mutterschutz & Co.

Informationsabend für werdende Eltern und Interessierte

Es gibt eine Fülle von finanziellen Hilfen und rechtlichen Regelungen für Schwangere, werdende Eltern und junge Familien. Sich darüber einen Überblick zu verschaffen, ist mit viel Zeit verbunden. Am Ende bleiben meist dennoch wichtige Fragen offen. An diesem Abend führt die Referentin Sie verständlich und übersichtlich durch die geltenden Regelwerke zu Mutterschutz, Elterngeld und Elternzeit. Fragen zu Anträgen, Fristen und Voraussetzungen werden ebenso beantwortet wie die Unterschiede zwischen den Elterngeldvarianten Basis-Elterngeld, Elterngeld Plus und den Partnerschaftsmonaten. Zudem zeigt Ihnen Frau Dias, was bei der Planung und Beantragung berücksichtigt werden sollte und was es im Vorfeld zu bedenken gibt.

OFF LINE ON LINE

Verena Dias,
Diplom-Kauffrau, Job-Coach, Mediatorin, Autorin

Mittwoch 18:00 - 20:15 Uhr
11.01., 10.02., 05.05., 07.06., 01.09. oder 08.11.

Veranstaltung 3H

10 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

Was passiert, wenn ich durch einen plötzlichen Unfall oder eine schwere Erkrankung nicht mehr selbst über meine persönlichen Angelegenheiten und medizinischen Behandlungen entscheiden kann? Wer soll für mich entscheiden? Wie weit soll die Behandlung gehen? Vielen ist klar, dass entsprechende Regelungen hier sinnvoll sind. Doch ohne eine schriftliche Vollmacht haben weder Ehepartner, noch Eltern und Kinder das Recht, bei medizinischen Maßnahmen mitzureden oder wichtige Entscheidungen im Namen eines Kranken zu treffen.

Der Infoabend vermittelt Grundlagenwissen und gibt wertvolle Tipps zu den verschiedenen Vorsorgemaßnahmen. Zudem wird thematisiert, wie dieses sensible Thema innerhalb der Familie passend angesprochen werden kann.

OFF LINE ON LINE

Elmar Kreft,
Dipl.-Sozialarbeiter, Gesundheits- und Sozialökonom (VWA)

Mittwoch, 17.02., 06.10.
jeweils 19:30 - 21:00 Uhr

Veranstaltung 3H

8 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Plötzlich ein Pflegefall - was nun?

Was passiert, wenn Sie oder jemand aus der Familie plötzlich auf fremde Hilfe angewiesen sein sollten? Kein schöner Gedanke – jedoch kann man, wenn man sich rechtzeitig mit dem Thema auseinandersetzt, auch im Pflegefall ein selbstbestimmtes Leben führen. Dieser Vortrag soll einen ersten Überblick über die unterschiedlichen Fragestellungen verschaffen.

Was bedeutet eigentlich Pflegebedürftigkeit, wie wird der Grad der Pflegebedürftigkeit gemessen und festgestellt? Wie und wo wird ein Pflegegrad beantragt? Sie erfahren die unterschiedlichen Leistungskomplexe und den Umfang der zu erwartenden Zahlungen. Darüber hinaus werden Sie über die verschiedenen Anbieter und deren Dienstleistungen informiert. Weitere Themen sind Maßnahmen zur Verbesserung des Wohnumfeldes und zuständige AnsprechpartnerInnen im Bochumer Raum.

Sabine Böhnke-Egbaria,
Dipl. Sozialpädagogin, zertifizierte Pflegeberaterin

Montag, 03.05.
Montag, 13.09.
jeweils 19:00 - 21:00 Uhr

Veranstaltung 3H

6 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Erbrecht und Testamente für Menschen mit Behinderung

Wie ist eine letztwillige Verfügung (Testament oder Erbvertrag) zu fassen, damit ein zu vererbendes Vermögen dem behinderten, in der Regel längst dem Kindesalter entwachsenen Nachkommen möglichst selbst zugutekommt? Das effektivste, vom Bundesgerichtshof wiederholt für zulässig befundene Mittel ist das sogenannte „Behindertentestament“. Neben diesem Kernthema werden von den Referenten, die sich schwerpunktmäßig mit den Rechten der Menschen mit Behinderungen und ihren Angehörigen beschäftigen, noch weitere Punkte behandelt: die testamentarische Erbfolge, das Pflichtteilsrecht, spezielle Testamentsformen, die Testamentsvollstreckung, die vorweggenommene Erbfolge, Steuern und Kosten.

Es wird Gelegenheit zur Diskussion einzelner Probleme geben, Einzelberatungen sind allerdings nicht möglich.

OFF LINE ON LINE

Harald Moorkamp, LL.M.,
Fachanwalt für Sozialrecht,
Münster
Maike Bergkeller,
Fachanwältin für Familienrecht,
Münster

Dienstag, 08.06.,
19:30 - 21:00 Uhr
Veranstaltung 8E

6 € pro Person, Abendkasse
Anmeldung erforderlich,
die Teilnehmerzahl ist begrenzt

Auszug aus dem Elternhaus

für Menschen mit Behinderung

Viele Fragen beschäftigen die Eltern: Welche Wohnform ist die geeignete und welche Unterstützungsmöglichkeiten sieht das Gesetz vor? Wer stellt Anträge und unterschreibt den Miet- oder Betreuungs-/Wohnvertrag? Wer trägt die Kosten für das Wohnen, den Lebensunterhalt und die Kranken- und Pflegeversicherung? Werden Eltern an den Kosten beteiligt und haben sie weiterhin einen Anspruch auf Kindergeld?

Öffentliche Leistungen

für Kinder mit Behinderungen und ihre Familien

Die Referentin gibt einen Überblick über die wesentlichen Leistungen und Unterstützungsmöglichkeiten, die Kinder und Jugendliche mit Behinderung und ihre Familien beanspruchen können. Diese sind in unterschiedlichen Gesetzen geregelt und das Recht behinderter Menschen wirkt oftmals unübersichtlich und schwer verständlich.

OFF LINE ON LINE

Martina Steinke,
Rechtsanwältin für Sozialrecht

Auszug aus dem Elternhaus
Dienstag, 09.02., 18:30 - 20:00 Uhr
Veranstaltung 8E

Öffentliche Leistungen
Dienstag, 05.10., 18:30 - 20:00 Uhr
Veranstaltung 8E

jeweils 6 € pro Person, Abendkasse
Anmeldung erforderlich,
die Teilnehmerzahl ist begrenzt

Diakonie Ruhr

§ §

menschen&kinder
Elterninitiative für Kinder mit Behinderung

Sozialrechtliche Beratung zu behindertenspezifischen Fragen

Gemeinsam mit der Elterninitiative Menschen(s)kinder e.V. trägt die Diakonie Ruhr Wohnen gemeinnützige GmbH eine Rechtsberatung für Familien mit Kindern mit Behinderungen. Eine Rechtsanwältin mit dem Schwerpunkt Behindertenrecht leistet die rechtliche Beratung.
Die erste Stunde dieser Beratung ist für Eltern kostenfrei.
Erstkontakt: FamilienAssistenz, Tel. 0234 / 9133 - 301, familienassistenz@diakonie-ruhr.de oder Menschen(s)kinder e.V., info@menschenskinder-bochum.de

BabyBauchTöne®

Ein Kind, das in einem Umfeld heranwächst, in dem die Stimme ganz natürlich eingesetzt und gesungen wird, erhält den Nährboden für das sich aufbauende Selbstvertrauen zur eigenen Stimme. Schon auf das ungeborene Kind wirkt die Stimme der Mutter anregend und zugleich beruhigend, vertraut. Aber auch auf die Mutter wirkt sich das Singen positiv aus und es festigt die Beziehung zwischen ihr und ihrem Kind.

Der Kurs bietet Schwangeren eine regelmäßige Oase im hektischen Alltag, in der sie ihre Körperwahrnehmung verbessern und die Freude am Singen und Tanzen aufgreifen oder erwecken können. Durch Tiefenatmung und Tönen kann der Geburtsvorgang unterstützt und Kurzatmigkeit verhindert werden. Zudem werden Lieder für die erste Zeit mit dem Baby erlernt, um auf das Neugeborene durch die Vertrautheit der Stimme beruhigend einzuwirken.

Alexandra Gehrmann-Plücker,
BabyBauchTöne®-Kursleiterin

Mittwochs abends
8 Einheiten à 60 Minuten

Interessentenliste 05G

80 € pro Person
Die Platzvergabe erfolgt nach Ihrer Anmeldung auf einer Interessentenliste.

Yoga für Schwangere

Die Geburt eines Kindes erfordert neben Kraft und Ausdauer auch innere Ruhe, Hingabe und die Fähigkeit, sich zu entspannen. Yoga für Schwangere fördert das Wohlbefinden, löst Verspannungen und baut die für die Geburt erforderliche Kraft auf. Es wirkt stabilisierend auf Körper, Geist und Seele.

Der Fokus liegt hier neben der Atmung auf dem eigenen Empfinden und der Wahrnehmung körperlicher Merkmale. Viele eventuell auftretende Beschwerden wie Rückenschmerzen können gemildert werden. Ruhe und Gelassenheit kann man üben! Yoga für Schwangere lädt ein, jeden Tag der Schwangerschaft bewusst zu genießen! In jeder Stunde ist Zeit für individuelle Fragen und Austausch untereinander eingeplant.

OFF LINE ON LINE

Julia Ebrecht,
Yogalehrerin

Dienstag, 17:00 - 19:30 Uhr
Donnerstag, 19:00 - 20:30 Uhr
8 Einheiten à 90 Minuten

Interessentenliste 05D

84 € pro Person
Anmeldung erforderlich

Bitte Stoppersocken, eine Decke und ein kleines Kissen mitbringen! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Aqua-Training für Schwangere

Gerade in der Schwangerschaft ist es wichtig, sinnvoll und gezielt etwas für die Gesundheit zu tun. Über Bewegungs- und Entspannungsübungen im Wasser werden auch dem ungeborenen Baby vielfältige Impulse für eine positive Entwicklung gegeben.

Beschwerden wie Rückenschmerzen können durch diesen Kurs gelindert werden. Der Auftrieb im Wasser entlastet die Gelenke, Sehnen und Bänder.

Schwimmfähigkeit ist Teilnahmevoraussetzung!

Pandemiebedingt ist das Schwimmbad Bergmannsheil aktuell nicht verfügbar. Sobald die Kurse wieder buchbar sind, finden Sie sie auf unserer Webseite.

Mirjam Hilbrecht,
Angelika Freis,
Hebammen
Jana von Wahlert,
Lehrerin für Sport und Sonderpädagogik mit Weiterbildungen im Bereich Schwimmsport

Montag bis Donnerstag Abend im Schwimmbad der Kinderklinik sowie im Schwimmbad am Bergmannsheil
8 Einheiten à 45 Minuten

Interessentenliste 05F

76 € pro Person
Die Platzvergabe erfolgt nach Ihrer Anmeldung auf einer Interessentenliste.

fitdankbaby® Pre

Gemeinsam aktiv - von Anfang an!

OFF LINE ON LINE

Dieser Kurs fördert das Wohlbefinden von Mama und Baby, denn schon in der Schwangerschaft wirkt sich Sport positiv aus. Gezielte Übungen verbessern Kraft, Beweglichkeit und Koordination und helfen dabei, Schwangerschaftsbeschwerden vorzubeugen oder zu lindern. Besonderes Augenmerk liegt auf der Haltung und Beweglichkeit, aber auch die Entspannung kommt nicht zu kurz. Der Austausch mit anderen werdenden Mamas steht ebenso im Fokus. Die Kurse bieten, wie die regulären fitdankbaby®-Kurse, einen trainingsphysiologisch sinnvollen, durchdachten und abwechslungsreichen Kursverlauf für Schwangere ab der 14. SSW.

fitdankbaby®PRE ist eine aktive Schwangerschaftsgymnastik und ersetzt keinen Geburtsvorbereitungskurs.

Cordelia Tschersich,
Andrea Kwiatkowski,
fitdankbaby®-Trainerinnen

Mittwoch, 17:30 - 19:00 Uhr
Mittwoch, 19:15 - 20:45 Uhr
8 Einheiten à 90 Minuten

Interessentenliste 05E

96 € pro Person
Die Platzvergabe erfolgt nach Ihrer Anmeldung auf einer Interessentenliste.

Rückbildung

OFF LINE ON LINE

Postnatales Training für Mütter ab ca. 8 Wochen nach der Geburt (bei Kaiserschnitt 12 Wochen)

Nach der Schwangerschaft und Geburt dienen gezielte Übungen für Beckenbodenmuskulatur, Bauch, Brust, Rücken und Herz-Kreislaufsystem dazu, wieder ein positives Körpergefühl zu erlangen und die Rückbildungsprozesse des Körpers positiv zu unterstützen. Die Rückbildungsgymnastik kräftigt die Beckenbodenmuskulatur, sodass die Stützfunktion des Beckenbodens nach der Belastung durch Schwangerschaft und Geburt wieder voll aufgenommen werden kann. Eine gezielte Wahrnehmung des eigenen Körpers wird gefördert und Verspannungen werden gelöst. Das Kind kann mitgebracht werden, wird aber nicht aktiv in die Übungen mit einbezogen.

Caterina Engel,
Maren Steinkötter,
Cornelia Weigelt,
Hebammen im St. Elisabeth-Hospital

Rückbildungskurse bieten wir dienstags vormittags (mit Baby) an.

Kurs 5I

Anmeldung erforderlich

Mitzubringen sind: Bequeme Kleidung, Stopper-Socken, ein Handtuch und die Versichertenkarte

Die **Kosten der Rückbildungskurse** rechnen die Hebammen direkt mit Ihrer Krankenkasse ab.

Vorrausetzungen hierfür:
- Kursabschluss bis spätestens zum 9. Monat nach der Geburt
- Nachgewiesene Teilnahme

Nicht wahrgenommene Stunden können nicht nachgeholt werden.

Aqua-Rückbildung

Postnatales Training im Wasser für Mütter ab ca. 8 Wochen nach der Geburt (bei Kaiserschnitt 12 Wochen)

Der Wasserwiderstand und der Wasserauftrieb unterstützen den Rückbildungsprozess. Somit ist die Rückbildung im Wasser besonders effektiv.

Durch die Rückbildungsgymnastik wird die Stützfunktion des Beckenbodens nach der Belastung durch Schwangerschaft und Geburt wieder voll aufgenommen und mögliche Senkungsbeschwerden werden verhindert.

Rückbildungsgymnastik im Wasser stimuliert außerdem das Herz-Kreislauf System, und dient der Venenprophylaxe.

Angelika Freis,
Mirjam Hilbrecht,
Hebammen

Dienstag und Mittwoch abends,
19:45 Uhr
10 Termine à 45 Minuten

Kurs 5J

50 € Eigenanteil
zur Deckung der Schwimmbadmiete
Anmeldung erforderlich

Ab der zweiten Jahreshälfte 2021 im Angebot

Babyschwimmen

Kinderschwimmkurse finden Sie auf Seite 56

Neben der Wassergewöhnung stehen bei diesem Kurs vor allem die Bewegung und der Spaß im Vordergrund. Die intensive Bewegungsaktivität im Wasser fördert die motorische und soziale Lernfähigkeit. Die Kinder können im warmen Wasser mit Spielzeug und anderen Hilfsmitteln experimentieren und fördern dabei die Ausbildung des Gleichgewichtssinns.

Die Eltern lernen unterschiedliche Haltegriffe kennen, um dem Baby/Kleinkind die größtmögliche Bewegungsfreiheit zu bieten. Das gemeinsame Erleben von Wasser stärkt zudem die Eltern-Kind-Beziehung.

Dieser Kurs geht bis zum 24. Lebensmonat. Wir bemühen uns, Ihnen einen Folgeplatz im Kleinkindschwimmen anzubieten.

Babyschwimmkurse bieten wir mittwochs nachmittags, samstags und sonntags an.

Die Bewegungszeit im Wasser beträgt 30 Minuten.

8 Einheiten à 45 Minuten

Interessentenliste 07A1

60 € pro Kind
Die Platzvergabe erfolgt nach Ihrer Anmeldung auf einer Interessentenliste. Im Kurs befindliche Teilnehmer haben ein Wiederanmeldevorrecht.

Schwimmbäder: Universitätskinderklinik und Bergmannsheil

Kleinkindschwimmen (2 - 4 Jahre)

Im Vordergrund stehen in diesem Kurs die Bewegung und der Spaß. Im 32 °C warmen Wasser können die Kinder mit ihren Eltern planschen und mit vielen verschiedenen Materialien spielen. Erste Erfahrungen mit Auftriebshilfen (u.a. Poolnudel und Schwimmbrett) werden gesammelt und die ersten Tauch- und Gleitversuche unternommen. Die Koordination der Kinder und die Eltern-Kind-Beziehung wird dadurch gefördert.

Dieser Kurs geht bis zum 4. Lebensjahr. Wir bemühen uns, Ihnen einen Folgeplatz im Kinderschwimmen anzubieten.

Kleinkindschwimmen bieten wir montags nachmittags, freitags nachmittags, samstags und sonntags an.

8 Einheiten à 45 Minuten

Interessentenliste 07B1

76 € pro Kind
Die Platzvergabe erfolgt nach Ihrer Anmeldung auf einer Interessentenliste. Im Kurs befindliche Teilnehmer haben ein Wiederanmeldevorrecht.

Schwimmbäder: Universitätskinderklinik und Bergmannsheil

Still- und Babytreff

Stillen ist das natürliche Geschenk, das uns die Natur zur Verfügung gestellt hat. Es ermöglicht den engen, körperlichen Kontakt zwischen Mutter und Kind. In gemütlicher Atmosphäre, bei einem guten Kaffee oder Tee bietet sich Zeit für Informationen, Fragen und Austausch rund um das Thema Stillen oder Ernährung mit künstlich hergestellter Nahrung und allen Fragen rund ums Baby. Herzlich eingeladen sind alle Mütter mit ihren Babys - egal, ob stillend oder nicht. Und selbstverständlich sind auch schwangere Frauen, die sich auf das Stillen vorbereiten wollen, herzlich willkommen.

Dieses Treffen findet im St. Elisabeth-Hospital in Bochum statt.

Anja Ossenkopp,
Stillberaterin
Sonja Wilk,
Still- und Laktationsberaterin

Seminarraum 3, 4. Etage,
St. Elisabeth-Hospital

Wöchentlich
Montag, 8:30 - 12:00 Uhr
Dienstag, 13:30 - 16:30 Uhr

Gebührenfrei
Anmeldung nicht erforderlich

Babymassage

OFF LINE ON LINE

„Berührt, gestreichelt und massiert werden,
das ist Nahrung für das Kind.
Nahrung, die genauso wichtig ist
wie Minerale, Vitamine und Proteine.“

Frederic Leboyer

Liebevolle Berührung durch die Eltern ist wesentlich für die Entwicklung eines Kindes. Berührung ist eine Sprache, die wir benutzen können, um zu heilen, zu trösten, Schmerzen zu lindern oder Spannungen zu lösen. Babymassage ist eine besondere Art der intensiven, liebevollen Berührung.

Für Babys zwischen 2 Wochen und 6 Monaten

Die Babymassage ist auch für Frühchen geeignet!

Stephanie Weber,
Kinderkrankenschwester

Freitag, 9:30 - 10:30 Uhr
6 Termine à 60 Minuten

Kurs 6A

60 € pro Eltern-Kind-Paar
Anmeldung erforderlich

Kathis Kreativwerkstatt

Spielimpulse für und mit Kleinkindern

Kleinkinder entdecken ihre Welt mit allen Sinnen. Erwachsene können den Kleinen Entdeckungsimpulse bieten und sie bei ihren Erkundungen begleiten. Vom Pinsel bis zur Speisestärke erproben die Familien in Kathis Kreativwerkstatt eine Vielzahl von Bastel- und Spieltechniken, mit denen Kinder und ihre Eltern auch zu Hause mit einfachsten Mitteln gemeinsam schöne Erinnerungen schaffen können.

Kreativ-Vormittage für (Groß)Eltern und ihre (Enkel)Kinder von 1 bis 3 Jahre.

Katharina Ull,
Erzieherin

Freitags, 11:00 - 12:30 Uhr
7 Termine
Kurs 1 ab 05.03.
Kurs 2 ab 27.08.

Kurs 6G

70 € pro Kind
Anmeldung erforderlich

PEKiP® – Spiel- und Bewegungsanregungen im ersten Lebensjahr

Das „Prager-Eltern-Kind-Programm“ (PEKiP®) ist ein Konzept der Gruppenarbeit für Eltern mit ihren Kindern im ersten Lebensjahr. Ziel ist es, Eltern und Babys in dem sensiblen Prozess des Zueinanderfindens zu begleiten und zu unterstützen.

Die Eltern lernen durch gezieltes Beobachten, angemessen auf die Bedürfnisse ihres Babys zu reagieren. Der Erfahrungsaustausch der Eltern untereinander sowie die Vermittlung wichtiger Informationen zu Themen, die im ersten Lebensjahr aktuell sind, stellen ebenfalls einen wesentlichen Bestandteil des Kurses dar. Die Gruppenarbeit beginnt mit Eltern und ihren Babys im Alter von ca. 12 Wochen.

Als Folgekurs bieten wir nach dem 1. Lebensjahr donnerstags, 10:30 - 12:00 Uhr, den Eltern-Kind-Treff an.

Sandra Kümmel,
Erzieherin

Wir bieten PEKiP®-Kurse zu verschiedenen Tageszeiten und Wochentagen für alle Altersgruppen an.

8 Einheiten à 90 Minuten

Interessentenliste 06C

80 € pro Eltern-Kind-Paar
Die Platzvergabe erfolgt nach Ihrer Anmeldung auf einer Interessentenliste. Im Kurs befindliche Teilnehmer haben ein Wiederanmeldevorrecht.

Mit allen Sinnen – von Anfang an

Sehen, riechen, hören, schmecken, fühlen - Babys entdecken über Bewegung und Sinneswahrnehmung die Welt!

Gemeinsam wollen wir jedem Baby individuell die Möglichkeit geben, sich ganzheitlich zu entwickeln. Die Eltern lernen spezifische Bewegungs- und Sinnesanregungen für den jeweiligen Entwicklungsstand kennen. Bis die Babys ca. 6 Monate alt sind, ist das Erlernen der ayurvedischen Babymassage ein wichtiger Bestandteil des Kurses. Für den Austausch mit anderen Eltern sowie Alltagsfragen über Pflege, Stillen, Ernährung, Gesundheit & Erziehung finden sich in jeder Kurseinheit ausreichend Gelegenheiten.

Die Babys sind in diesem Kursangebot nackt, damit sie beweglicher & zufriedener sind!

Kathrin Schmitt,
Erzieherin

Montag, 9:00 - 10:30 Uhr
Montag, 10:30 - 12:00 Uhr
8 Termine à 90 Minuten

Interessentenliste 06B

80 € pro Eltern-Kind-Paar
Die Platzvergabe erfolgt nach Ihrer Anmeldung auf einer Interessentenliste. Im Kurs befindliche Teilnehmer haben ein Wiederanmeldevorrecht.

Musikgarten®

Alle Kinder sind musikalisch. Sie haben eine angeborene Fähigkeit zum Singen und zur rhythmischen Bewegung. Je früher das Kind an Musik herangeführt wird, desto nachhaltiger wird es gelingen, die natürliche musikalische Veranlagung zu wecken und zu entfalten.

Musikgarten® lädt Kinder ab dem Säuglingsalter zum gemeinsamen Musizieren ein. Durch Singen, Musizieren, Bewegen und Musik hören können die Kinder ein Gefühl für die Schönheit und Wirkung von Musik entwickeln und erfahren, wie viel Freude Musik machen kann. Ziel vom Musikgarten® ist es, Kinder spielerisch an Musik heranzuführen. Die Kinder sollen ohne Leistungserwartungen die Gelegenheit bekommen, Musik aufzunehmen und selbst zu gestalten.

Musikgarten® Babys von 4 bis 18 Monaten

Musikgarten® Phase 1 von 18 Monaten bis 3 Jahren

Musikgarten® Phase 2 von 3 bis 5 Jahren

Alexandra Gehrmann-Plücker,
Musikgarten®-Lehrerin Babys

Musikgarten® für Babys bieten wir freitags vormittags an

Robby Plücker,
Musikgarten®-Lehrer Phase 1 & 2

Musikgarten® Phase 1 & 2 bieten wir mittwochs und donnerstags nachmittags an

8 Einheiten à 45 Minuten

Interessentenliste 06F

80 € pro Eltern-Kind-Paar
Die Platzvergabe erfolgt nach Ihrer Anmeldung auf einer Interessentenliste. Im Kurs befindliche Teilnehmer haben ein Wiederanmeldevorrecht.

fitdankbaby®

Nach dem Aufwärmen werden verschiedene Übungen erlernt und ausgeführt, durch welche die gesamte Muskulatur (v. a. Bauch, Beine, Po, Rücken, Beckenboden) gekräftigt und der Körper langsam und stetig steigernd in Form gebracht wird. Das Baby ist ganz in die Stunde eingebunden und verstärkt mit seinem Körpergewicht die Intensität der Übungen.

Die Babys haben großen Spaß daran, die Übungen zusammen mit der Mutter zu erleben. Zusätzlich werden die Babys durch altersentsprechende Spiele gefördert und gefordert.

Mütter können Kontakte knüpfen und wie nebenbei etwas für ihren Körper und die Entwicklung ihres Babys tun. In kleinen Gruppen kann individuell auf die Bedürfnisse der Teilnehmerinnen eingegangen werden.

Zielgruppe
fitdankbaby®MINI Babys 3 - 7 Monate
fitdankbaby®MAXI Babys ab 8 Monate
fitdankbaby®KIDS Kinder ab 15 Monaten

Sebastian Schmitz,
fitdankbaby®-Trainer

8 Termine à 90 Minuten

Interessentenliste 06D

96 € pro Person
Die Platzvergabe erfolgt nach Ihrer Anmeldung auf einer Interessentenliste.

OFF LINE ON LINE

Eltern-Kind-Fitness

Spielerische Bewegungsförderung für Kinder von 1-4 Jahren

Der Kurs hat das Ziel, über Bewegung, Körpererfahrung, Spiel und Spaß die gesamte Entwicklung des Kindes zu unterstützen und gleichzeitig die Eltern diesbezüglich zu schulen. Zusammen mit ihren Eltern werden die Kinder springen, hüpfen, laufen, spielen, singen und vieles mehr. Im Vordergrund steht die aktive und gezielte Begleitung der ganzheitlichen Bewegungsförderung. Dadurch wird das Vertrauen der Kinder in den eigenen Körper gefördert, der Erfahrungsschatz der Kinder erweitert und ihre Motorik und Sensorik auf allen Ebenen geschult. Spielerisch werden das Herz-Kreislauf-System gestärkt, die gesamte Muskulatur gekräftigt, das Gleichgewicht geschult und die Sinne geschärft.
Teilnahmevoraussetzung: Das Kind kann laufen.

Stephanie Weber,
Kinderkrankenschwester,
zertifiziert in Bewegungsförderung

Eltern-Kind-Fitness-Kurse bieten wir montags nachmittags und mittwochs vormittags an.

8 Einheiten à 60 Minuten

Interessentenliste 06E

56 € pro Eltern-Kind-Paar
Die Platzvergabe erfolgt nach Ihrer Anmeldung auf einer Interessentenliste.

Kinderschwimmen (ab 4 Jahre)

Wassergewöhnung

In diesem Kurs lernen die Kinder (ab 4 Jahre) auf spielerische Art und Weise erste Übungen und Bewegungen im Wasser kennen, die zur Vorbereitung des Schwimmens dienen. Im Vordergrund stehen der Spaß und eine Entwicklung ohne jeglichen Zwang.
Inhaltlich folgen der spielerischen Wassergewöhnung das Atmen, Tauchen, Springen, Schweben und Gleiten. Auch die ersten Arm- und Beinbewegungen werden erlernt, sodass das Kind sich angstfrei im Wasser bewegt.

Kinderschwimmen mit Hilfsmitteln

Dieser Kurs ist für wassergewöhnte Kinder (ab 4 Jahre) geeignet, die auf spielerische Art und Weise die Grundlagen des Schwimmens erlernen. Im Vordergrund stehen der Spaß und eine Entwicklung ohne jeglichen Zwang. Das angstfreie Bewegen im Wasser und das Springen vom Beckenrand sind Voraussetzungen für diesen Kurs. Die Kinder sollten auch keine Probleme damit haben, das Gesicht unter Wasser zu halten.

Kinderschwimmen Frühschwimmer (Seepferdchen)

In diesem Kurs hat jedes Kind, je nach Entwicklungsstand, die Möglichkeit, sich auf das erste Schwimmabzeichen „Seepferdchen“ vorzubereiten. Die Prüfung beinhaltet 25 Meter Schwimmen, Heraufholen eines Gegenstandes aus schultertiefem Wasser und den Sprung vom Beckenrand. Dieser Kurs ist für Kinder gedacht, die schon einige Meter ohne Hilfsmittel schwimmen.

Wassergewöhnung bieten wir montags nachmittags und samstags an.
Interessentenliste 07C1

Kinderschwimmen mit Hilfsmitteln bieten wir montags bis samstags in den Nachmittagsstunden an.
Interessentenliste 07C2

Kinderschwimmen Frühschwimmer (Seepferdchen) bieten wir montags bis samstags in den Nachmittagsstunden an.
Interessentenliste 07C3

Schwimmbäder: Universitätskinderklinik und Bergmannsheil

8 Einheiten à 45 Minuten

76 € pro Kind
Die Platzvergabe erfolgt nach Ihrer Anmeldung auf einer Interessentenliste. Im Kurs befindliche Teilnehmer haben ein Wiederanmeldevorrecht.

Intensivschwimmkurse
in den Schulferien

Interessentenliste 07D

Osterferien (8 Termine)
29.03. - 09.04.
76 € pro Kind

Sommerferien (10 Termine)
12.07. - 23.07.
95 € pro Kind

Herbstferien (10 Termine)
11.10. - 22.10.
95 € pro Kind

Jedes Kind in unserer Region soll schwimmen können!

Handeln und helfen Sie mit. Werden Sie Fördermitglied oder Spender.

Gemeinsam handeln - gemeinsam helfen! Jedes Kind in unserer Region soll schwimmen können – das gesunde, das kranke, das Kind mit Handicap, das von Krankheit bedrohte Kind!

Das seit 2011 von der Stiftung erfolgreich betriebene Schwimmbad des St. Josef-Hospitals an der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin der Ruhr Universität Bochum muss renoviert und modernisiert werden. Wir setzen uns für Kinder ein, die ein besonderes Schwimmbad benötigen: Lehr- und Therapiebecken, warmes Wasser, therapeutische Betreuung, ärztliche Betreuung – Anbindung an die Kinderklinik.

Säuglinge und Kleinkinder können unter idealen Bedingungen in Baby- und Kleinkind-Schwimmkursen an das Wasser gewöhnt werden.

- Die im Wasser bei allen Kindern ausgelöste intensive Bewegungsaktivität fördert die motorische und soziale Lernfähigkeit, die Ausbildung des Gleichgewichtssinns sowie die Ausformung verschiedener Reflex-Schwimmbewegungen. Neben der großen Freude erfahren die Kinder somit auch vielfältige Lerneffekte.

- Pro Woche nutzen rund 400 Kinder das Schwimmbad, um im 32 Grad warmen Wasser schwimmen zu lernen oder spezielle Übungen zur Linderung ihrer Krankheit durchzuführen.
  Dank der außerordentlich guten hygienischen Überwachung können wir in unserem Schwimmbad auf jede Gruppe von Kindern individuell eingehen.

Wenn trotz aller Vorsorge unvorhergesehene gesundheitliche Probleme – besonders bei Kindern mit Handicap – auftreten sollten, ist die ärztliche Hilfe durch die direkte Nachbarschaft der Kinderklinik sichergestellt.
Bitte sprechen Sie uns an, wir geben Ihnen gerne weitere Informationen oder besuchen Sie uns!

STIFTUNG KINDERZENTRUM RUHRGEBIET

Stiftung Kinderzentrum Ruhrgebiet
Alexandrinenstraße 5 · 44791 Bochum
T 0234 **509 28 02** · **E** ursula.meister@kiz-ruhr.de · **www.kiz-ruhr.de**

Allwetterpiraten

Spiel, Sport und Spaß im Stadtpark

Ob Sonne, Schnee, Wind oder Regen: Die Allwetterpiratinnen und -piraten treffen sich zu einem an das Wetter und die Jahreszeit angepassten Abenteuerprogramm im Bochumer Stadtpark. Bei gemeinsamen Bewegungsspielen, sportlichen Aktivitäten und Bastelprojekten wird spielerisch die kindliche Motorik und Wahrnehmung geschult und die Eltern-Kind-Bindung gefördert.

Ein Angebot für Eltern und ihre Kinder im Alter von 3-6 Jahren. Mitzubringen sind an das Wetter angepasste Kleidung, ein Mittagssnack sowie Getränke. Spiel- und Bastelmaterialien werden gestellt.

Sebastian Schmitz,
Fitnesstrainer

Samstag 13.02., 17.04., 12.06., 28.08., 02.10. oder 04.12.
jeweils 10:00 - 14:00 Uhr

Veranstaltung 6H

15 € pro Termin und Kind
7,50 € Geschwisterkinder
Anmeldung erforderlich

tri-mobil
Fahrrad-Spezialitäten
Herner Straße 86
44791 Bochum
T (0234) **511 419**
www.tri-mobil.de

Gemeinsam unterwegs
mobile Lösungen

Aqua-Fitness für Erwachsene

Beim Aqua-Fitness erleben Sie Kraftausdauer- und Problemzonentraining begleitet von rhythmischer Musik im stehtiefen Wasser (Tiefe ca. 1,35 m). Die Hauptziele der Aquafitness-Kurse sind einerseits, das Herzkreislaufsystem gleichförmig zu trainieren und andererseits Muskelgruppen gezielt zu kräftigen sowie die Koordination und Beweglichkeit zu verbessern. Die Übungen straffen außerdem Haut und Bindegewebe. Der positive Auftrieb im Wasser entlastet Muskeln, Gelenke, Wirbelsäule und Bandscheiben. Aqua-Fitness ist für jedermann geeignet.

Jana von Wahlert,
Lehrerin für Sport und Sonderpädagogik mit Weiterbildungen im Bereich Schwimmsport

Schwimmbad am Bergmannsheil

Donnerstag, 19:45 - 20:30 Uhr
8 Einheiten à 45 Minuten

Kurs 6J

76 € pro Person
Anmeldung erforderlich
Im Kurs befindliche Teilnehmer haben ein Wiederanmeldevorrecht.

Pandemiebedingt ist das Schwimmbad Bergmannsheil aktuell nicht verfügbar. Sobald die Kurse wieder buchbar sind, finden Sie sie auf unserer Webseite.

Aqua-Fitness für Mütter

Bewegung im Wasser mit Rückbildungselementen

Der Wasserwiderstand und der Wasserauftrieb unterstützen den Rückbildungsprozess. Durch den Wasserwiderstand sind Übungen wesentlich intensiver. Das Aqua-Training mit Rückbildungselementen stimuliert das Herz-Kreislaufsystem, stabilisiert die Körpermitte, aktiviert den Beckenboden, dient der Venenprophylaxe und verbessert den Fett- und Zuckerstoffwechsel. Zusätzlich wird das Immunsystem gestärkt. Gezielt werden Rückenmuskulatur, die Bein-, Bauch- und Atemmuskulatur gedehnt und gekräftigt und somit z.B. Rückenschmerzen entgegengewirkt.

Vorraussetzung: abgeschlossene Rückbildung

Jana von Wahlert,
Lehrerin für Sport und Sonderpädagogik mit Weiterbildungen im Bereich Schwimmen

Schwimmbad am Bergmannsheil

Montag, 19:00 - 19:45 Uhr
8 Termine à 45 Minuten

Kurs 6J

76 € pro Person
Anmeldung erforderlich
Im Kurs befindliche Teilnehmer haben ein Wiederanmeldevorrecht.

Schwimmen für Kinder mit Handicap

Wasser ist wichtig für Kinder, die sich an Land nicht so gut bewegen können: Denn der Auftrieb des Wassers entlastet die Muskeln, Bänder und Gelenke und trägt sie. Durch diese deutlich freieren und einfacheren Bewegungsmöglichkeiten gewinnen die Kinder Selbstvertrauen und Selbstsicherheit. Schwimmen stellt eine sehr intensive Koordinations- und Gleichgewichtsschulung dar, die den Kindern in der Alltagsbewältigung zugutekommt.

Das warme Wasser, die angenehme Atmosphäre und liebevolle Betreuung machen diese Schwimmstunden zu einem Wochenhighlight. So ganz nebenbei und mit viel Spaß im Wasser werden hier motorische Fähigkeiten gefördert, Ängste abgebaut und Freunde gefunden. Sofern es die Fähigkeiten der Kinder zulassen, kann auch Schwimmen gelernt werden.

Diese Kurse bieten wir samstags in der Universitätskinderklinik an.

8 Einheiten à 45 Minuten

Interessentenliste 07E

90 € pro Eltern-Kind-Paar
Kostenbeteiligung durch Menschen(s)kinder auf Antrag bis zu 60 € möglich

Die Platzvergabe erfolgt nach Ihrer Anmeldung auf einer Interessentenliste. Im Kurs befindliche Teilnehmer haben ein Anmeldevorrecht.

Sport und Fitness für Jugendliche mit Handicap

Kinder und Jugendliche wollen und brauchen Bewegungsmöglichkeiten und sollen lernen, wie man an Bewegung und Sport, Spaß und Freude erfahren kann.

In diesem Kurs soll die Motivation an der Bewegung in der Gemeinschaft im Vordergrund stehen. Die Inhalte dieser Sportstunden werden auf die Wünsche der Kids abgestimmt. Es gibt die Möglichkeit, neue sportliche Dinge auszuprobieren. Es sollen auch andere Sportstätten besucht werden.

Dieses Angebot ist für diejenigen gedacht, die sich für die gängigen Handicap-Angebote zu fit fühlen oder mehr von sich fordern wollen, sich aber nicht in offene Sportvereine trauen.

Kristina Schmerbeck,
Carolin Strauß,
Übungsleiter-C-Lizenz

Turnhalle im Falkenheim, Akademiestraße 69, 44789 Bochum (leider nicht barrierefrei, Halle im OG über Treppe erreichbar)

Jugendliche
Dienstag, 17:30 – 19:00 Uhr
Kinder
Freitag, 16:00 – 17:30 Uhr

8 Einheiten à 90 min
5 Kurszeiträume pro Jahr

Eigenanteil 36 €
pro Kurs und Person
Anmeldung erforderlich unter info@menschenskinder-bochum.de

PHILIPPS
steckt dahinter

Traumbad in Sicht

Geplant und realisiert aus einer Hand!

Rombacher Hütte 2
44795 Bochum
Telefon: 0234/94377-0
www.philipps-bochum.de

Alles Fachleute. Alles funktioniert.

Sanitär | Heizung | Lüftung | Elektro | Klima | Bäder-Atelier | Erneuerbare Energien | 24h-Service

Integratives Tennis

Das Ziel des TC Rot-Weiß Bochum-Werne ist, die sozialen Kompetenzen und die Persönlichkeit der Jugendlichen weiterzuentwickeln sowie die körperliche Beweglichkeit und Leistungsfähigkeit zu erhalten und zu verbessern. Tennis eignet sich aufgrund der vielfältig kombinierten Bewegungsmuster des Schlagens, Werfens und Laufens dafür ideal. Unter Anleitung von Michael Feld stehen einmal wöchentlich auf dem Platz oder in der Tennishalle Grundtechniken wie Vorhand, Rückhand, Aufschlag und Volley auf dem Programm.

Thomas Böhle,
Tennistrainer
Michael Feld,
Co-Trainer
Rosanna Dittrich,
Betreuerin

Tennis-Verein Rot-Weiß Bochum-Werne
Werner Hellweg 566, 44894 Bochum

Montag, 17.00 - 18.00 Uhr
Herbst bis Ostern in der Halle
Ostern bis Herbst auf dem Außenplatz
kein Training in den Ferien

Alter 12 - 18 Jahre

Eigenanteil von 5 € pro Termin
plus 1 € Lichtgeld
bei Hallennutzung im Winter

Anmeldung: Michael Feld
0177 81 51 071
MichaelFeld@gmx.de

Freizeitangebot für Jugendliche mit Handicap

Jugendliche mit Behinderung haben die gleichen Bedürfnisse an ihre Freizeitgestaltung wie Jugendliche ohne eine Behinderung. Die gemeinsame Planung der Freizeitangebote in der Gruppe ist jahreszeitlich orientiert. Kreative Angebote, Spaß und gemeinsames Erleben stehen im Vordergrund. Auch das Trainieren von Alltagskompetenzen z.B. im Haushalt oder bei der Benutzung von öffentlichen Verkehrsmitteln werden erlernt.

Mögliche Angebote sind Kochen und Backen, Gesellschaftsspiele, Basteln, Ausflüge, Kino- oder Theaterbesuche, Disco oder Sinnes- und Bewegungsaktivitäten in der Turnhalle.

Dieses Angebot findet an der Universitätskinderklinik in Bochum statt.

OFF LINE ON LINE

Pädagogische Leitung:
Michael Hoppe

5 Kurszeiträume pro Jahr
Wilde 12, Donnerstag, 17:00 - 19:15 Uhr
Wilde 13, Mittwoch, 17:30 - 19:45 Uhr
Wilde 14, Freitag, 16:00 - 18:15 Uhr

Alter: 10-20 Jahre

Eigenanteil 48 € pro Kurs

Freie Plätze bitte erfragen unter
info@menschenskinder-bochum.de

Ferienbetreuung für Kinder mit Handicap

Wir möchten die Betreuung von Schulkindern mit Handicaps während der Ferien verbessern und die Motivation der Kinder und Jugendlichen zu mehr Bewegung und weiteren sozialen Kontakten erhöhen.

Ob in den Räumlichkeiten des alten Hörsaals der Kinderklinik oder im Falkenheim, es wird eine Umgebung geschaffen, in der die Kinder ihre Ferienwoche genießen können. Die Gruppenzusammensetzung erfolgt nach pädagogischen Gesichtspunkten.

Pädagogische Leitung:
Michael Hoppe

Alter Hörsaal der Kinderklinik Bochum

Betreuungszeiten 8.00 - 15.00 Uhr
Osterferien
29.03. - 01.04. + 06.04. - 09.04.
Sommerferien
02.08. - 06.08. + 09.08. - 13.08.
Herbstferien
11.10. - 15.10. + 18.10. - 22.10.

40 € pro Tag
einschließlich Verpflegung
Anmeldung erforderlich unter
info@menschenskinder-bochum.de

Die Anmeldezeiträume werden auf www.menschenskinder-bochum.de bekannt gegeben.

Kochen für Jugendliche mit Behinderung

Für viele Menschen mit Beeinträchtigung bieten der Aspekt der Zubereitung und Genuss von Lebensmitteln eine gute Zugangsmöglichkeit zu ihren Fähigkeiten. Ein Teil der Kinder und Jugendlichen beschäftigt sich mit dem Schnippeln und Kochen. Hier werden landestypische Gerichte kennengelernt und Zubereitungsabläufe verinnerlicht.

Solange es Einschränkungen wegen Corona gibt, werden wir auf das Kochen verzichten und stattdessen einen Spielenachmittag anbieten. Mit Unterstützung unseres Betreuerteams sollen eine schöne Zeit verbracht und neue Erfahrungen gesammelt werden.

Pädagogische Leitung:
Carolin Strauß,
Michael Hoppe

Samstag, 15.00 - 18.00 Uhr
Kurs A 09.01., 23.01., 13.02., 27.02.
Kurs B 13.03., 27.03., 24.04., 08.05.
Kurs C 29.05., 12.06., 26.06., 03.07.
Weitere Termine siehe
www.menschenskinder-bochum.de

Eigenanteil von 10 € pro Termin plus 2 € Lebensmittelzulage, wenn gekocht wird
Anmeldung erforderlich unter
info@menschenskinder-bochum.de

familien forum

Die Universitätskinderklinik Bochum stellt sich vor

Liebe Kinder und Jugendliche, liebe Eltern, liebe Bürger aus Bochum und Umgebung,

wir freuen uns, Ihnen das aktuelle Jahresprogramm des Familienforums (Familienbildungsstätte seit 2012) präsentieren zu dürfen. Das Familienforum ist ein wesentlicher Partner unserer Klinik für Kinder- und Jugendmedizin im St. Josef-Hospital Bochum.

Als Universitätsklinik für Kinder- und Jugendmedizin leisten wir nicht nur einen wesentlichen Beitrag in Lehre und Forschung. Kernaufgabe ist die Krankenversorgung von Kindern und Jugendlichen (von der 24. SSW bis zum 18. Lebensjahr) auf höchstem Niveau. So betreuen wir jährlich über 4.500 Patienten stationär, 19.000 Patienten ambulant in der Notfallambulanz und weitere 12.000 Patienten in unseren Spezialsprechstunden. Ein Schwerpunkt liegt in der Betreuung komplex kranker Kinder und Jugendlicher. Ende des Jahres 2014 wurde ein Institut für Kinderradiologie eröffnet, das von dem erfahrenen Kinderarzt und Kinderradiologen, Herrn Prof. Dr. Christoph Heyer geleitet wird. Hier sind alle modernsten Geräte (Kernspintomographie, Computertomographie, konventionelles Röntgen, Ultraschall, etc.) verfügbar. Ende 2015 konnten wir erfreulicherweise unser universitäres Sozialpädiatrisches Zentrum eröffnen. In diesem Ambulatorium sind wir interdisziplinär und interprofessionell für komplex chronisch kranke Kinder und Jugendliche sowie ihre Familien da. Seit Mai 2016 ist der kinderärztliche KV-Notfalldienst zu uns an die Kinderklinik gezogen, so dass akute Notfälle gemeinsam optimal betreut werden. Überdies wurde im Mai 2016 ein MVZ für pädiatrische Endokrinologie gegründet, welches im Jahr 2018 durch die Einrichtung einer Stiftungsprofessur für pädiatrische Endokrinologie und Diabetologie mit dem Schwerpunkt Geschlechtsdysplasie verstärkt wurde. In diesem Jahr erweiterten wir unser Zentrum für Seltene Erkrankungen um den Bereich seltene Knochenerkrankungen. In unserem universitären Perinatalzentrum im Standort St. Elisabeth-Krankenhaus werden Schwangere mit drohender Risikogeburt und die Frühgeborenen auf höchstem Niveau betreut. Mit unserer Neu- und Frühgeborenenstation, der Klinik für Geburtshilfe und Gynäkologie und der Praxis für Pränatalmedizin sind wir rund um Schwangerschaft und Geburt sehr gut aufgestellt. Neue Familienzimmer im Bereich des Perinatalzentrums wurden geschaffen.

In vergangenen Heften wurden bereits unser Christiane Herzog Centrum Ruhr (www.chcr.de), eines der fünf nationalen Schwerpunktzentren für Mukoviszidose/ Cystische Fibrose, unser Stoffwechselzentrum (www.metabolicum-ruhr.de) sowie das Zentrum für seltene Erkrankungen (www.ceser.de) vorgestellt. Seit 2016 befindet sich das Forschungsdepartment für Kinderernährung (www.kinderklinik-bochum.de/fke.html) unter dem Dach der Universitätskinderklinik. Seit 2018 betreibt dieses ein Beratungstelefon rund um das Thema Kinderernährung. Es wird deutlich, dass sich unsere Universitätskinderklinik kontinuierlich weiterentwickelt und für die akut- aber insbesondere auch für komplex kranke Kinder und Jugendliche in Bochum und im Ruhrgebiet eine kompetente Anlaufstelle darstellt.

Wie immer leistet das Programm des Familienforums neben präventiven Aspekten einen wichtigen Beitrag auf dem Weg zu einer sozialeren Medizin. Es werden Bedürfnisse angesprochen, die für Patienten und deren Angehörige bedeutsam sind und über die klassische medizinische Betreuung hinausgehen. Auf den folgenden Seiten finden Sie einen Überblick über die gemeinsamen Angebote unserer Universitätskinderklinik und des Familienforums.

Prof. Dr. med.
Thomas Lücke

Direktor der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin der Ruhr-Universität Bochum im St. Josef-Hospital

Sabrina Gust

Bereichsleitung Pflege

Perinatalzentrum

Das Perinatalzentrum Bochum vereint die Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe und die Universitätskinderklinik Bochum mit der Abteilung für Neonatologie (Neugeborenen-Intensivstation) unter einem Dach und bietet eine optimale Umgebung für die Geburt Ihres Kindes. Unser multiprofessionelles Team, bestehend aus Hebammen, Stillberaterinnen, Physiotherapeuten, Ernährungsberaterin, Psychologin, Frauenärzten für Geburtsmedizin und Kinderärzte für Neugeborene, erfüllt alle Voraussetzungen eines Perinatalzentrums der höchsten Versorgungsstufe („Level 1-Zentrum“).

Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe

Zu den klinischen Schwerpunkten der Geburtshilfe gehört neben der Begleitung von regelrechten Schwangerschaftsverläufen und Geburten, die Betreuung von Risiko- und Hochrisikoschwangerschaften. Wir sind unter anderem auf die Gebiete Präeklampsie, Mehrlingsschwangerschaften, Prävention und Vermeidung von Frühgeburtlichkeit, Gestationsdiabetes und der Organdiagnostik (DEGUM-Stufe II) spezialisiert. Neben unserer hochmodernen medizintechnischen Ausstattung steht unseren Eltern die Spezial-Ultraschallsprechstunde mit 3-D- und 4-D-Ultraschall der neuesten Generation unserer gynäkologisch-geburtshilflichen Ambulanz mit kompetenter Betreuung unseres multiprofessionellen Teams (4 Oberärzte, 3 Perinatalmediziner (Schwerpunktbezeichnung „Spezielle Geburtshilfe und Perinatalmedizin“)) zur Verfügung.

Abteilung für Neonatologie

Die Neugeborenen-Intensivstation der Universitätskinderklinik Bochum befindet sich unmittelbar neben dem Kreißsaal und Operationssaal für Kaiserschnitte der Geburtshilfe. Dadurch können Neu- und Frühgeborene ohne Verzögerung und ohne belastende Transporte sofort von Spezialisten behandelt werden. Medizinische Schwerpunkte unserer Station sind Frühgeborene (Geburtsgewicht ab ca. 400 g), höhergradige Mehrlinge (Drillinge, Vierlinge) und Neugeborene mit schweren Erkrankungen der Atemwege, der Lungen oder mit neurologischen Problemen. Um die Eltern-Kind-Bindung frühestmöglich zu fördern, laden wir die Eltern ein, so viel Zeit wie möglich bei ihren Kindern zu verbringen und helfen Ihnen, sobald möglich, unter Anleitung, die Versorgung ihrer Kinder zu übernehmen.

Sozialmedizinische Versorgung

Entsprechend des hohen Versorgungsstandards von „Level 1“-Perinatalzentren, bieten wir auch psychologische und sozialmedizinische Betreuung für unsere Eltern an. Es ist unser Ziel, Eltern die ein Frühgeborenes oder Kind mit Problemen irgendwelcher Art erwarten oder zur Welt gebracht haben, bestmöglich zu unterstützen. Wir stehen Ihnen gern während des gesamten Klinikaufenthalts Ihres Kindes/Ihrer Kinder unterstützend zur Seite. Vereinbaren Sie einen Termin bei uns, wenn es vor der Geburt schon Fragen gibt:

Kreißsaal-Telefon: 0234 509 8264

Priv.-Doz. Dr. med.
Peter Kern
Chefarzt der Klinik für Gynäkologie
und Geburtshilfe
Perinatalmediziner (Spezielle Geburtshilfe und Perinatalmedizin)

T (0234) 509 82 61 (Sekretariat)
T (0234) 509 82 64 (Kreißsaal)

Dr. med.
Norbert Teig
Leiter der Abteilung Neonatologie/
Pädiatrische Intensivmedizin
Leiter des Schlaflabors
Kinderpneumologe

T (0234) 509 86 32 (Neonatologie)

Swantje Zimmermann
Diplom-Pädagogin
Elternberatung
Perinatalzentrum

T (0234) 509 86 33

Anja Riepelmeyer
Klinische Psychologin
Elternberatung
Perinatalzentrum

T (0234) 509 86 33

Pneumologie · Allergologie · Infektiologie · Immunologie

Erkrankungen der Atemwege wie Asthma bronchiale und Mukoviszidose, Allergien und Erkrankungen des Immunsystems sowie spezifische Infektionserkrankungen bilden seit langem einen fest etablierten und wesentlichen Schwerpunkt an der Universitätskinderklinik Bochum. Wir betreuen sowohl Patienten und ihre Angehörigen mit Nahrungsmittelallergien, Asthma bronchiale und Neurodermitis als auch Betroffene von seltenen, aber komplexen chronischen Erkrankungen wie Mukoviszidose (CF), Primäre Ziliäre Dyskinese (PCD), Immundefekten und Atemwegsfehlbildungen. Ein weiterer Schwerpunkt ist die Infektiologie mit der Betreuung von Kindern und Jugendlichen mit seltenen Infektionserkrankungen, wie z.B. Tuberkulose. Hierfür steht ein Team aus Ärzten, Pflegepersonal, Physiotherapeuten, Ernährungsberatern und Psychologen zur Verfügung. Unser umfangreiches diagnostisches und therapeutisches Angebot reicht von hochspezialisierter Diagnostik (u.a. moderne und innovative Lungenfunktionsmessmethoden, Endoskopie der Atemwege in flexibler und starrer Technik, CF-Elektrophysiologie, PCD-Videomikroskopie, Lungen-CT und -MRT) bis hin zu vielfältigen Therapieangeboten.

A. Wiemers
Dr. med. A. Hoffmann
Prof. Dr. med. U. Schauer
Dr. med. S. Dillenhöfer
Dr. med. A. Schlegtendal
Dr. med. T. Rothoeft
Dr. med. F. Brinkmann
Dr. med. N. Teig
S. Hilbt

Pneumologie und Christiane-Herzog Centrum Ruhr

Dr. med. Folke Brinkmann leitet kommissarisch die Abteilung Pädiatrische Pneumologie an der Kinderklinik der Ruhr-Universität. Ein Schwerpunkt der Abteilung ist die Betreuung von Patienten mit chronischen Atemwegserkrankungen wie die Mukoviszidose, Primäre Ziliäre Dyskinesie und Non- CF- Bronchiektasen, für die seit Jahren eine große Spezialambulanz besteht, in der die ambulante und stationäre Behandlung der vielfältigen Probleme durch eine ganzheitliche Betreuung in einem multiprofessionellen Team sichergestellt wird. Daneben bieten wir hochspezialisierte Diagnostik für diese Erkrankungen an. Gemeinsam mit der Universität Duisburg/Essen konnten wir das bundesweit 5. Christiane-Herzog-Zentrum gründen, wodurch wir Patienten mit Mukoviszidose jeden Alters eine optimale Versorgung bieten können. Wir führen zudem diverse klinische Studien, zur Verbesserung der Therapie der chronischen Erkrankungen wie CF, PCD und Asthma bronchiale, durch.

Ein weiterer Schwerpunkt unserer Abteilung ist die Infektiologie. Infektionen der Atemwege spielen eine große Rolle bei Entstehung und Verlauf akuter und chronischer Atemwegserkrankungen. Es wird eine Sprechstunde für Verdachtsfälle und gesicherte Tuberkulose-Infektionen angeboten. Darüber hinaus untersuchen wir auch in Forschungsprojekten den Einfluss von Atemwegsinfektionen auf die Ausprägung und den Verlauf chronischer Lungenerkrankungen.

Ein weiteres Augenmerk gilt der Diagnostik anstrengungsabhängiger Atembeschwerden und funktioneller Atemstörungen. Hierzu stehen uns Anamnese, verschiedene Lungenfunktionsmessmethoden inkl. Laufbandprovokation, Leistungsdiagnostik und kardiologische Diagnostik zur Verfügung.

Des Weiteren bieten wir Schulungsmaßnahmen für Patienten mit Asthma, Allergien und PCD an.

Dr. med.
Folke Brinkmann
Leiterin (komm.) der Abteilung Pädiatrische Pneumologie, Kinderpneumologin, Allergologin, Infektiologin
T (0234) 509 26 31

Dr. med.
Stefanie Dillenhöfer
Oberärztin
Kinderpneumologin

T (0234) 509 26 31

Anna Wiemers
Oberärztin
Kinderpneumologin
Allergologin

T (0234) 509 26 31

Angeborene Lungenerkrankungen

Wir betreuen Kinder mit angeborenen Lungenerkrankungen und Heimsauerstofftherapie, Heimbeatmung oder Tracheostoma. Als Teil der Spezialambulanz für kindliche Lungenerkrankungen betreut diese Ambulanz vor allem Kinder mit angeborenen Lungenfehlbildungen (z.B. kongenitale cystische Malformation, Zwerchfellhernie, Ösophagusatresie), ehemalige Frühgeborene mit bronchopulmonaler Dysplasie und Kinder, die wegen einer Lungenerkrankung, einer neurologischen Erkrankung oder aufgrund schlafbezogener Atemstörungen zu Hause beatmtet werden müssen oder Sauerstoff bekommen. Ambulant werden Lungenfunktionen, ambulante Langzeitmessungen der Sauerstoffsättigung und Auswertungen von Heimmonitoren durchgeführt.

Zahlreiche andere diagnostische Möglichkeiten werden in Zusammenarbeit mit unseren Ambulanzen für Lungenerkrankungen, Herzerkrankungen, Radiologie, Neuropädiatrie und Gastroenterologie genutzt, was eine kompetente Betreuung auch komplexer Probleme ermöglicht.

FOCUS-Ärzteliste: ***Top-Experte für Neonatologie***

Dr. med. **Norbert Teig**
Leiter der Abteilung Neonatologie • Dr. med. **Tobias Rothoeft** Oberarzt Pädiatrische Intensivmedizin, Kinderpneumologe/ Neonatologe

T (0234) 509 26 31

Immunologie

Prof. Dr. Schauer, Leiter der Immundefektambulanz, verfügt über eine mehr als 20-jährige Erfahrung in der Diagnostik und Behandlung von Immundefekten. Bundesweit sind rund 100.000 Patienten von einem angeborenen Immundefekt betroffen, 20.000 allein in Nordrhein-Westfalen. Doch nur 1400 Erkrankte, also lediglich 1,4 Prozent, sind diagnostiziert. Meist sind es Kinder, die sich trotz Antibiotikatherapie mit immer wiederkehrenden Lungenentzündungen, ständigen Ohr-Infektionen, Knochenmarks- und Hirnhautentzündungen, nicht endenden Belägen im Mund, Hautabszessen, Kleinwuchs oder zu geringem Körpergewicht herumschlagen müssen. Die Bochumer Kinderklinik ist ein immunologisches Schwerpunktzentrum, in dem mittlerweile über 50 Patienten mit seltenen Immundefekten betreut werden. Die Klinik unterhält ein eigenes Speziallabor, in dem immunologische Untersuchungen auch für andere Kliniken in einem weiten Einzugsbereich durchgeführt werden.

FOCUS-Ärzteliste: ***Top-Experte für Neurodermitis***

Prof. Dr. med.
Uwe Schauer
Funktionsoberarzt
Allergologe | Kinderpneumologe

T (0234) 509 26 60

Rheumatologie im Kindes- und Jugendalter

Erkrankungen des rheumatischen Formenkreises können bereits im Kindesalter auftreten. Neben den Gelenken können viele andere Organe betroffen sein.

Oft werden diese Krankheiten zunächst nicht erkannt und auf dem Weg zur Diagnose geht wertvolle Zeit verloren. In der Universitätskinderklinik gibt es daher ein spezialisiertes Team, dass sich die Erkennung, Diagnose und Therapie der kindlichen Rheumaerkrankungen zur Aufgabe gemacht hat. Zu diesem Team gehören Fachärzte für Kinderheilkunde mit der Zusatzbezeichnung Kinder-Rheumatologie, Assistenzärzte in der Weiterbildung, Physiotherapeuten, ein Dipl.-Psychologe und eine Sozialarbeiterin.

Durch neue Therapieansätze und neue medikamentöse Behandlungsverfahren können die unterschiedlichen rheumatologischen Krankheitsbilder des Kindesalters heute deutlich erfolgreicher behandelt werden.

Eggert Lilienthal
Oberarzt
Kinderrheumatologe

T (0234) 509 26 31
eggert.lilienthal@rub.de

Stiftungsprofessur für Kinderendokrinologie und Diabetologie

Seltene Erkrankungen und Varianten der Geschlechtsentwicklung

Am 1. Juli 2018 hat Frau Prof. Dr. Annette Richter-Unruh die Leitung der Kinderendokrinologie und Diabetologie im Rahmen einer Universitäts-Stiftungs-Professur übernommen. Ihre Schwerpunkte sind zum einen die Behandlung von Kindern und Jugendlichen mit seltenen Hormonstörungen wie zum Beispiel der Phosphatdiabetes und im Zusammenhang mit syndromalen/monogenetischen Erkrankungen. Hierzu gehört auch die frühkindliche Adipositas. Insbesondere Kinder, die schon in den ersten Lebensjahren stark übergewichtig sind, sollten untersucht werden.

Zum anderen beschäftigt sie sich mit Kindern und Jugendlichen mit Varianten der Geschlechtsentwicklung. Dazu gehören DSD („Intersexualität“) und die Geschlechtsdysphorie („Transsexualität“). Die Betreuung der Familien erfolgt in enger Zusammenarbeit mit den Kinder- und Jugendpsychiatern sowie den Psychotherapeuten.

Univ.-Prof. Dr. med.
Annette Richter-Unruh
Leiterin der Abteilung
für Kinderendokrinologie und Diabetologie

T (0234) 509 28 98
annette.richter-unruh@klinikum-bochum.de

Kinderendokrinologie

In der endokrinologischen Ambulanz werden folgende Krankheitsbilder unter der Leitung von Frau Dr. Kleber betreut: Wachstumsstörungen (Kleinwuchs, Hochwuchs), Schilddrüsenerkrankungen, Störungen der Pubertätsentwicklung, Störungen der Sexualentwicklung, AGS, Störungen des Calcium- und Knochenstoffwechsels, Adipositas (starkes Übergewicht). Zur Diagnostik gehört immer eine ausführliche Erhebung der Vorgeschichte (Anamnese) und gründliche körperliche Untersuchung sowie das Erstellen einer Wachstumskurve. Ggf. wird eine bedarfsgerechte Diagnostik (Labordiagnostik, radiologische Bildgebung) durchgeführt.

MVZ Endokrinologie
Dr. med. Michaela Kleber und Dr. med. Juliane Rothermel
Fachärztinnen für Kinder- und Jugendmedizin
Endokrinologinnen und Diabetologinnen
T (0234) 509 66 54

Eines der häufigsten Probleme unserer Patienten ist die Frage, ob eine Wachstumsstörung bzw. ein Kleinwuchs vorliegt. Oft liegt keine krankhafte Wachstumsstörung vor, sondern ein familiärer Kleinwuchs oder eine Entwicklungsverzögerung. Bei Nachweis eines Wachstumshormonmangels lässt sich das Wachstum durch eine Wachstumshormontherapie normalisieren.

Diabetes mellitus im Kindes- und Jugendalter

Diabetes mellitus („Zuckerkrankheit“) ist die im Kindes- und Jugendalter am häufigsten vorkommende endokrinologische Erkrankung. Meist handelt es sich um den Diabetes mellitus Typ 1; bei dieser Form des Diabetes muss dauerhaft eine Insulintherapie durchgeführt werden. In den letzten Jahren stieg die Zahl neu erkrankter Kinder und Jugendlicher in Deutschland deutlich an, vor allem fiel auf, dass die Kinder bei Erkrankungsbeginn immer jünger sind. In unserer Klinik behandeln wir z. Zt. ca. 200 Patienten mit Diabetes mellitus Typ 1. Neben der stationären Behandlung bei Diagnosestellung und im Verlauf zur Neueinstellung und Nachschulung wird eine Diabetesambulanz angeboten. Ein multidisziplinäres Team bestehend aus Kinderärzten, Diabetesberaterin, Kinderkrankenschwestern, Ernährungsberaterin, Dipl.-Psychologe, eine Sozialarbeiterin und eine türkische Sozialpädagogin, behandelt und berät die Patienten und ihre Familien.

Eggert Lilienthal
Oberarzt
Diabetologe
T (0234) 509 26 31
eggert.lilienthal@rub.de

Sibylle Funken
Diabetesberaterin DDG

Judith Kalus
Diabetesberaterin DDG

Gelistet in FOCUS-Ärzteliste seit 2015

Seltene Erkrankungen

Das Centrum für Seltene Erkrankungen Ruhr (CeSER) mit Sitz an der Universitätskinderklinik Bochum bietet eine Anlaufstelle für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit einer unerkannten oder bekannten seltenen Erkrankung. ExpertInnen mit langjähriger Erfahrung in der Diagnostik und Behandlung seltener Erkrankungen aus vielen Gebieten der Universitätsmedizin der Ruhr Universität und der Universität Witten/Herdecke haben sich zum CeSER zusammengeschlossen. Dieser Zusammenschluss ermöglicht eine umfassende Beratung und Versorgung von Menschen mit einer seltenen Erkrankung. Die drei wesentlichen Pfeiler des CeSER-Konzeptes sind eine hochspezialisierte und interdisziplinäre Versorgung, enge Zusammenarbeit mit den Betroffenen und der Selbsthilfe sowie eine gute Vernetzung mit anderen Zentren in Deutschland und Europa.
Die Versorgung von Kindern und Jugendlichen mit seltenen Knochenerkrankungen erfolgt im Rahmen der „Sprechstunde für seltene Knochenerkrankungen“ von Frau PD. Dr. Grasemann.

PD Dr. med.
Corinna Grasemann
Ärztliche Leitung CeSER
Fachärztin für Kinder- und Jugendheilkunde
Pädiatrische Endokrinologin und Diabetologin

T (0234) 509 26 01
info@ceser.de

Kindergastroenterologie

Die Abteilung Kindergastroenterologie wird von Frau PD Dr. med. Anjona Schmidt-Choudhury geleitet. Im Team mit ihr arbeiten OA Dr. med. Victor Bildheim und weitere Fachärzte für Kinderheilkunde und Assistenten in der Weiterbildung Kindergastroenterologie.

Wir betreuen Neugeborene, Säuglinge, Schulkinder und Jugendliche mit allen Erkrankungen des Verdauungstraktes, der Leber- und Gallenwege und auch Ernährungsstörungen (Über- und Untergewicht, Fettstoffwechsel). Hierzu gehören z.B. unklare Bauchschmerzen, insbesondere auch bei behinderten Kindern, chronischer Durchfall, Magenschleimhautentzündungen, Magengeschwüre, Magensäurerückflusserkrankung, chronisch entzündliche Darmerkrankungen, Kurzdarmsyndrom, Hepatitis, angeborene Stoffwechsel- und Gallenwegserkrankungen, Verstopfung, Reizdarmsyndrom und Nahrungsmittelunverträglichkeiten sowie die Zöliakie. Die Durchführung von Magen- und Darmspiegelungen gehören zu unserem täglichen Routineprogramm.

PD Dr. med. **Anjona Schmidt-Choudhury**
anjona.schmidt-choudhury@klinikum-bochum.de
Dr. med. **Victor Bildheim**
victor.bildheim@klinikum-bochum.de
T (0234) 509 26 75

Kinderradiologie

Für die Diagnostik in der Pädiatrie spielen heute bildgebende Verfahren eine zentrale Rolle. Im selbständigen Institut für Kinderradiologie der Ruhr-Universität Bochum wird das gesamte Spektrum der pädiatrischen Bildgebung angeboten. Am Standort Universitätskinderklinik werden Ultraschall-Untersuchungen durchgeführt und Röntgenaufnahmen angefertigt. Dafür stehen modernste Apparate zur Verfügung, die exzellente Bildqualitäten liefern und ein Optimum an Strahlenschutz gewährleisten. Im MVZ Radiologie im JosefCarrée besteht die Möglichkeit, bei Kindern Röntgen-, CT- und MRT-Untersuchungen ambulant und stationär durchzuführen. Auch hier werden hochmoderne Methoden in kind- und familiengerechter Weise angewandt. Durch eine Vielzahl von Maßnahmen ist das Institut damit in der Lage, einen Großteil aller Untersuchungen ohne medikamentöse Sedierung anzubieten. Leiter des Instituts ist Prof. Dr. med. Christoph M. Heyer, Facharzt für Diagnostische Radiologie mit Schwerpunkt Kinderradiologie und Facharzt für Kinderheilkunde.

Institut für Kinderradiologie • Standort MVZ Radiologie im JosefCarrée • Prof. Dr. med. **Christoph M. Heyer** (li) • Dr. med. **Stefan Lemburg** (re)
T (0234) 509 52 60

Kinderkardiologie

Etwa eines von 100 Kindern kommt mit einem angeborenen Herzfehler zur Welt. Die Bochumer Kinderklinik betreut Patienten vom Neugeborenen- bis zum Erwachsenenalter mit angeborenen und erworbenen Herzfehlern. Dabei besteht eine enge Kooperation mit dem Kinderherzzentrum in Bad Oeynhausen.

Neben der klinischen Untersuchung eines Kindes mit Herzfehler sind EKG, (24 Stunden-) Blutdruckmessung und Sonographie mit Farbdoppler wichtige Methoden, um einen Herzfehler im Kindesalter nachzuweisen bzw. im Verlauf zu kontrollieren.

Die Kinderkardiologie wird geleitet durch Herrn Dr. Leo Rossler, Facharzt für Kinderheilkunde mit den Schwerpunkten Kinderkardiologie und Neonatologie.

Dr. med.
Leo Rossler
Oberarzt
Kinderkardiologe
Neonatologe

T (0234) 509 26 39
l.rossler@klinikum-bochum.de

Orthopädietechnik

Auf Wunsch des Patienten erfolgt bei Bedarf eine Zusammenarbeit mit dem Sanitätshaus Kraft in Bezug auf eine adäquate orthopädische Versorgung; neue Konzeptionen werden entwickelt, um vorhandene und beeinträchtigte Funktionen des Körpers auszugleichen: ein Ansatz für die Mitarbeiter des Sanitätshauses Kraft in Zusammenarbeit mit Ärzten und Therapeuten die frühzeitige Versorgung mit ausgewählten Hilfsmitteln zu unterstützen und dadurch die individuelle Selbständigkeit und die Voraussetzungen für die weitere Entwicklung zu schaffen. Individuelle Konzepte im Bereich der Orthetik und der Kinderreha schaffen durch Verwendung von höchstoptimierten Versorgungen einen auf das Kind abgestimmten Versorgungsablauf. Durch Einsatz modernster Techniken (z.B. berührungslose Scannung) wird ein Höchstmaß ab Fertigungsqualität erreicht. Computergenaue Messwerte dienen als Grundlage zur Herstellung von z.B. Kopforthesen, um dadurch bisher angewandte Methoden (Gipsabdruck) zu ersetzen.

Sanitätshaus
Emil Kraft & Sohn GmbH & Co. KG
im Katholischen Klinikum Bochum
Rebecca Prause
Alexandrinenstraße 5
44791 Bochum

T (0234) 509 28 14
www.san-kraft.de

Narbensprechstunde – Verbrennungsnachsorge

Die Universitätskinderklinik Bochum ist in Zusammenarbeit mit der Klinik für Plastische Chirurgie und Schwerbrandverletzte des BG-Universitätsklinikums Bergmannsheil ein überregionales Zentrum für schwerbrandverletzte Kinder und Jugendliche. Im Rahmen der Narbensprechstunde bieten wir eine Spezialambulanz für Kinder und Jugendliche an, die durch eine thermische Verletzung (Verbrühung, Verbrennung, selten auch andere Ursachen) Narben entwickelt haben oder davon bedroht sind. Frau Dr. Andrea Herweg-Becker legt das therapeutische Vorgehen fest, erklärt und überprüft den Erfolg der Behandlung. Falls notwendig leitet sie weitere Therapiemaßnahmen in die Wege. In regelmäßigen Abständen finden gemeinsame Sprechstunden mit den Kollegen für Plastische Chirurgie und Schwerbrandverletzte aus dem Bergmannsheil statt. Die stets anwesende Orthopädietechnik vermisst Kompressionsbandagen und stellt die Versorgung mit weiteren Hilfsmitteln wie Silikonfolien, Pelotten, Schienen u.a. sicher. Verbrennungsnarben können so gezielt behandelt und in ihrer Entwicklung entscheidend beeinflusst werden. Dies muss frühzeitig und konsequent geschehen.

Dr. med.
Andrea Herweg-Becker
Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin

T (0234) 509 26 31

Seelische Gesundheit/Kinder- und Jugendpsychiatrie

Die Praxis für Kinder- und Jugendpsychiatrie im MVZ am Katholischen Klinikum erweitert das Spektrum von Diagnostik und Therapie des Kinderambulanzzentrums und der Universitätskinderklinik.

Als Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie mit der Ausrichtung Verhaltenstherapie behandelt Frau Dr. Katharina Radkowski Aktivitäts- und Aufmerksamkeitsstörungen wie ADHS, Leistungsabfälle in der Schule, Verhaltensauffälligkeiten im Sozialverhalten, emotionale Störungen wie Ängste, Depressionen, Zwänge, Entwicklungsstörungen mit sowohl tiefgreifenden Entwicklungsstörungen, wie Autismus, als auch umschriebenen Entwicklungsauffälligkeiten wie Lese-/Rechtschreibstörung, Rechenschwäche, Essstörungen und vieles mehr. Ein weiterer Baustein ihrer Arbeit bietet die Intelligenzdiagnostik mit Abklärung der kognitiven Leistungsfähigkeit von geistiger Behinderung bis zur Hochbegabung. Ihre besonderen Interessen liegen im Bereich systemischer Interventionen, der Dialektisch behavioralen Therapie (DBT-A) und Coaching.

Dr. med.
Katharina Radkowski, M. Sc. PH
Fachärztin für Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie

T (0234) 509 28 25
mvz.kjp@klinikum-bochum.de

Neuropädiatrie und Sozialpädiatrie

Die Abteilung für Neuropädiatrie mit Sozialpädiatrie wird seit Januar 2010 von Herrn Prof. Dr. med. Thomas Lücke geleitet. In seiner Abteilung werden Kinder mit Störungen der Entwicklung bzw. neurologischen Erkrankungen diagnostiziert und behandelt. Hierzu gehören z. B. geistige Behinderungen, Bewegungsstörungen, epileptische und nichtepileptische Anfälle, chronische Kopfschmerzen, syndromale und neuroimmunologische Erkrankungen (z. B. Multiple Sklerose) sowie angeborenen (Fehlbildungen) und erworbenen (Trauma, Tumor) Störungen des zentralen und peripheren Nervensystems. Des Weiteren werden in der Abteilung Patienten mit neuromuskulären Erkrankungen sowie chronisch behinderte Kinder mit sozialpädiatrischen Problemen betreut. Ein Schwerpunkt der Abteilung stellt Diagnostik und Therapie unklarer Behinderungen bzw. angeborene Stoffwechselstörungen dar. Schließlich werden neurorehabilitative Aspekte intensiv bearbeitet. Neben dem Abteilungsleiter verfügen seine Oberärztinnen Frau OÄ Dr. Charlotte Thiels und Frau FOÄ Dr. Cornelia Köhler über die Schwerpunktsbezeichnung Kinderneurologie. Die entwicklungsneurologischen Aspekte bei Früh- und Neugeborenen werden fachkompetent von Frau Oberärztin Dr. Almut Weitkämper betreut. Experte für Chirotherapie und Neurorehabilitation ist Herr Oberarzt Dr. Jörg Hohendahl. Prof. Lücke leitet die Krankengymnastikabteilung. Die Abteilung arbeitet jedoch über dies eng mit Logopäden, Orthopädietechnik, Heilpädagogik, Psychologie, Sozialarbeit und Kinder- und Jugendpsychiatrie zusammen.

Epileptologie und EEG

Das ambulante Leistungsspektrum umfasst neben dem ärztlichen Gespräch und einer neurologischen Untersuchung gegebenenfalls neurophysiologische Zusatzuntersuchungen (EEG) und Laboruntersuchungen.

Die Abteilung für Neuropädiatrie ist Teil des Epilepsiezentrums Bochum (Ruhr-Epileptologie, www.ruhr-epileptologie.de). Neben der Möglichkeit der Durchführung einer hochauflösenden 3-Tesla Bildgebung besteht die Option des EEG-Monitorings sowie der komplexen Epilepsiebehandlung. Neben den konservativen Therapieverfahren (Pharmakotherapie) werden alternative Therapien wie die ketogene Diät angeboten.

Allgemeine Neuropädiatrie und Stoffwechselerkrankungen

In dieser Fachambulanz werden Kinder mit unklaren Entwicklungsauffälligkeiten u. a. auf das Vorliegen angeborener Stoffwechselerkrankungen wie Störungen des Kohlenhydrat-, Aminosäure-, Fett- oder Energiestoffwechsels sowie auf Speichererkrankungen untersucht.

Grundlage der Behandlung ist bei diesen Erkrankungen die Ernährungstherapie, die in enger Kooperation mit einer pädiatrisch geschulten Ernährungsberaterin, Frau Judith Kalus, durchgeführt wird. Ein ernährungstherapeutischer Ansatz wird auch bei komplexen Epilepsien als sog. ketogene Diät erfolgreich verfolgt.

Prof. Dr. med.
Thomas Lücke
Leiter der Abteilung Neuropädiatrie
und Sozialpädiatrie
Kinderneurologe · Ernährungsmediziner

T (0234) 509 26 87
Sekretariat
nicole.turek@klinikum-bochum.de

Judith Kalus
Diätassistentin
j.kalus@klinikum-bochum.de
Julia Weinert
Diätassistentin
julia.weinert@klinikum-bochum.de
T (0234) 509 28 37

Dr. med.
Charlotte Thiels
Oberärztin
Kinderneurologin

T (0234) 509 26 31

Sozialpädiatrisches Zentrum (SPZ)

Rund 16 Prozent aller Kinder und Jugendlichen in Deutschland leiden unter einer chronischen Krankheit. Ihre Familien sind sehr großem Druck ausgesetzt, zumal solche Erkrankungen häufig mit Behinderungen verbunden sind. Die medizinische und therapeutische Versorgung ist in vielen Fällen sehr komplex. Die Kinder und Jugendlichen erhalten – je nach medizinischer Diagnose – neben der fachärztlichen Behandlung auch eine psychologische, heilpädagogische, ergo- und physiotherapeutische Diagnostik. In den regelmäßig stattfindenden Teambesprechungen entwickeln wir in Abstimmung mit den Familien ein Behandlungskonzept, das zum Ziel hat, die Ressourcen und Fähigkeiten der Kinder und ihrer Familien zu stärken.

Im Mittelpunkt der Behandlung stehen komplexe und chronische Krankheiten wie Nerven- und Muskelerkrankungen, Epilepsien, Gedeih- und Entwicklungsstörungen und angeborene Krankheiten, wie z.B. unterschiedliche syndromale Störungen oder Stoffwechselerkrankungen.

Leitung: Prof. Dr. med.
Thomas Lücke

T (0234) 509 28 30

Physiotherapieabteilung

Frühe Diagnostik und frühe Therapie sind das Charakteristikum der Abteilung für Physiotherapie im Kinderambulanzzentrum. Im ambulanten und stationären Bereich ist der Schwerpunkt unserer Arbeit die interdisziplinäre Betreuung von Säuglingen, Kindern und Jugendlichen mit neurologischen Störungen und Lungenerkrankungen jeder Art. Wir arbeiten nach den Methoden der Reflexlokomotion nach Vojta und der Atemphysiotherapie nach Chevaillier. Zusätzlich bieten wir Intensivwochen zur Therapie- und Verhaltensoptimierung während der Vojtabehandlung an.

In Absprache mit den niedergelassenen KinderärztInnen und TherapeutInnen hat sich diese Vorgehensweise für Familien in besonderen Lebenssituationen in den vergangenen Jahren bewährt. Die Eltern werden regelmäßig ambulant in der Therapie angeleitet und führen diese mit ihren Kindern mehrmals täglich durch. Unsere ambulanten Patienten benötigen eine ärztliche Verordnung.

Sabine Jünemann-Bertram
Michaela Kumpernatz
Bettina Menzen
Jürgen Pollok
Physiotherapieabteilung

T (0234) 509 28 16 / 26 / 27
bettina.menzen@ruhrsportreha.de

Sozialmedizinische Nachsorge – Der Bunte Kreis

Das interdisziplinäre Team des Bunten Kreises Bochum bietet Familien mit schwer oder chronisch erkrankten Kindern und Kindern, die einen Unfall erlitten haben oder die viel zu früh geboren sind, Sozialmedizinische Nachsorge als Leistung der Krankenkassen und Familiale Pflege als Leistung der Pflegekassen an. Dadurch können Familien, die sich durch die veränderte Lebenssituation oft überfordert fühlen, nachhaltig unterstützt werden.
Durch Sozialmedizinische Nachsorge ebnet der Bunte Kreis den Weg aus der Klinik nach Hause und bietet Hilfe zur Selbsthilfe an. Die Familien werden umfassend unterstützt, in sozialrechtlichen Belangen beraten und auf Wunsch zu Ärzten und Therapeuten begleitet. Bei Bedarf wird ein Helfernetzwerk geknüpft.
Im Rahmen der Familialen Pflege bietet der Bunte Kreis Eltern pflegebedürftiger Kinder individuelle Pflegekurse in der Klinik oder auch zu Hause an. Dadurch werden Fertigkeiten für eine eigenständige Durchführung der Pflege vermittelt und die sozialen Ressourcen der Familien gestärkt.

Dr. med.
Almut Weitkämper
Ärztliche Leitung Bunter Kreis

T (0234) 509 28 18
www.bunter-kreis-bochum.de

Neuromuskuläre Erkrankungen und Neurophysiologie

In unserer Ambulanz betreuen wir junge Patienten, die durch eine Entwicklungsstörung mit Veränderung von Kraft, Ausdauer oder Qualität der Motorik oder durch einen erhöhten Messwert der Kreatinkinase (CK) aufgefallen sind. Neben der gründlichen klinischen Untersuchung erfolgt eine Diagnostik der Nervenleitgeschwindigkeit, des Muskelaufbaus (Ultraschall und MRT), des Stoffwechsels und der Genetik. Bei Bedarf erfolgt eine Muskelbiopsie.

Als Teil des „Muskelzentrums Ruhrgebiet“ betreuen wir in einem multidisziplinären Konzept Kinder und Jugendliche u. a. mit Muskeldystrophie, spinaler Muskelatrophie, hereditärer sensomotorischer Neuropathie, familiärer Disposition zur malignen Hyperthermie. Unsere Betreuung beinhaltet umfassende Beratung zu Behördenfragen, Schulbesuch, Hilfsmittelversorgungen, Früherkennung und Behandlung orthopädischer Folgeerkrankungen, sowie Physiotherapie und medikamentöse Behandlungsansätze.

Dr. med.
Cornelia Köhler
Funktionsoberärztin
Kinderneurologin

T (0234) 509 26 31

Entwicklungsneurologische Ambulanz · Frühgeborenennachsorge

In unserer entwicklungsneurologischen Ambulanz betreuen wir Kinder, die von Entwicklungsverzögerung oder Entwicklungsstörung betroffen oder bedroht sind.

Dies sind vor allem ehemalige sehr kleine Frühgeborene, also Kinder, die mehr als 8 Wochen zu früh geboren wurden oder ein Geburtsgewicht von unter 1500 g hatten, oder auch Kinder, die mit angeborenen Fehlbildungen zur Welt kamen.

Durch die genaue entwicklungsneurologische Untersuchung und mit Hilfe standardisierter Entwicklungstests können so Auffälligkeiten in der Entwicklung frühzeitig diagnostiziert werden und dann bei Bedarf die Indikation für spezielle Fördermaßnahmen wie heilpädagogische Frühförderung, Physiotherapie, Logopädie u.a. gestellt werden.

Dr. med.
Almut Weitkämper
Oberärztin
Neonatologin I Intensivmedizinerin

T (0234) 509 28 30

Neurorehabilitation

Ambulante Untersuchung und Behandlung von entwicklungsauffälligen Säuglingen, Kleinkindern und Schulkindern. Frühzeitige Erkennung von Entwicklungsstörungen ist unsere Hauptaufgabe. In besonderem Maße gilt dies für verschiedenartig entwicklungsgestörte Säuglinge. Der Nutzen der frühen Stellung einer Diagnose liegt insbesondere in einer dadurch ermöglichten gezielten Frühtherapie. Diese wird ab dem jüngsten Säuglingsalter erfolgreich etabliert und weiter koordiniert.

Dies stellt eine der herausragenden Errungenschaften der modernen Sozialpädiatrie dar. Hier sind insbesondere unsere Behandlungsschwerpunkte zu nennen: Frühe Interaktionstherapie, Physiotherapie und Manuelle und Osteopatische Medizin sowie spezielle Orthesen- und Hilfsmittelversorgung in jedem Kindesalter. Zudem bieten wir umfangreiches Aus- und Weiterbildungsprogramm für Kinderärzte an.

Dr. med.
Jörg Hohendahl
Oberarzt
Neonatologie - Chirotherapie

T (0234) 509 28 11
j.hohendahl@klinikum-bochum.de

Klinisch-genetische Sprechstunde

Eine genetische Beratung ist ein Angebot an Familien, bei deren Kind eine genetische Erkrankung diagnostiziert wurde oder die kinderärztliche Abklärung Hinweise hierfür ergeben hat, z.B. bei Entwicklungsverzögerung, geistiger Behinderung, Fehlbildungen oder neuromuskulären Erkrankungen. Im Rahmen der Beratungsgespräche werden die Möglichkeiten einer weitergehenden Labordiagnostik erörtert bzw. bereits vorliegende Untersuchungsergebnisse ausführlich erläutert. Bei unklaren Krankheitsbildern erfolgt die klinisch-genetische Untersuchung, um ggf. die Zuordnung zu einem übergeordneten Syndrom vorzunehmen. Bei gesicherter Diagnose ist in den meisten Fällen eine Einschätzung des Wiederholungsrisikos für weitere Familienmitglieder möglich.

PD Dr. med.
Sabine Hoffjan
Fachärztin für Humangenetik
Abteilung für Humangenetik RUB;
MVZ Katholisches Klinikum,
Zweigpraxis für Humangenetik

Prof. Dr. med.
Huu Phuc Nguyen
Facharzt für Humangenetik
Abteilung für Humangenetik RUB;
MVZ Katholisches Klinikum,
Zweigpraxis für Humangenetik
Anmeldung unter T 0234 32-23008 (MVZ)
oder T 0234 509 26 75 (Kinderklinik)
humangenetik@klinikum-bochum.de

Forschungsdepartment Kinderernährung

Das Forschungsdepartment Kinderernährung (FKE) der Universitätskinderklinik Bochum widmet sich der gesunden Ernährung von Anfang an. Übergeordnetes Ziel ist die Gesundheitsförderung und die Prävention weit verbreiteter Krankheiten im Erwachsenenalter wie Herzkreislaufkrankheiten oder Diabetes durch eine gesunde Ernährung. In seiner Anwendungsforschung entwickelt das FKE wissenschaftlich gestützte, praktisch formulierte Empfehlungen für die Ernährung von Säuglingen, Kindern und Jugendlichen und untersucht die Machbarkeit und Wirksamkeit in der Lebenswirklichkeit. Darüber hinaus wird untersucht, wie die Akzeptanz gesunder Essensangebote bei Kindern gefördert werden kann. Durch die Eingliederung in die Universitätskinderklinik Bochum seit Anfang 2017 ergeben sich neue Möglichkeiten Ernährungsfragen bei gesunden und kranken Kindern gemeinsam und praxisnah zu bearbeiten.

Ein Beratungstelefon ist montags, 9 - 13 h, eingerichtet, T (0234) 509 26 49.

Bewährte Broschüren des FKE sind erhältlich unter www.fke-shop.de.

Prof. Dr.
Mathilde Kersting
Abteilungsleitung Forschungsdepartment
Kinderernährung (FKE)

T (0234) 509 26 15
mathilde.kersting@ruhr-uni-bochum.de

Klinisches Studienzentrum

Das Klinische Studienzentrum - CSC - stellt die Umsetzung der EU-Verordnung zu Kinderarzneimitteln aus dem Jahr 2007 sicher, die bei allen Zulassungsanträgen grundsätzlich auch Sicherheits- und Wirksamkeitsstudien bei Kindern fordert. Durch die enge Anbindung der verschiedenen Fachbereiche und Fachambulanzen mit den wissenschaftlichen Mitarbeitern ist eine hohe Qualität bei der Durchführung der Studien gewährleistet. Alle Mitarbeiter verfügen über langjährige Erfahrung auf dem Gebiet der klinischen Forschung, und sind zertifiziert nach GCP. Ein angegliedertes Labor sowie ein Muskellabor (Muskelzentrum Ruhr) ermöglichen weitergehende Diagnostik vor Ort. Unter diesen günstigen Voraussetzungen werden seit Jahren nationale wie internationale Studien der Phasen I-III/ IIIb und Anwendungsbeobachtungen durchgeführt. Hinzu kommen durch uns selbst initiierte Studien (IITs).

Das CSC arbeitet eng mit der zuständigen Ethikkommission der Ruhr-Universität Bochum zusammen.

Leitung
Prof. Dr. med. **Thomas Lücke**
Leitender Prüfarzt
Prof. Dr. med. **Uwe Schauer**

Studienkoordinatorin und Kontakt
Sandra Böger
T (0234) 509 2809
s.boeger@klinikum-bochum.de

Allgemeine Geschäftsbedingungen

der Stiftung Kinderzentrum Ruhrgebiet/Familienforum-Familienbildungsstätte (FBS)

Das FBS ist ein Angebot der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin der Ruhr-Universität Bochum im St. Josef-Hospital, der Stiftung Kinderzentrum Ruhrgebiet und der Elterninitiative Menschen(s)kinder e.V.. Für Verträge zwischen dem Familienforum - FBS und den Veranstaltungsteilnehmern gelten ausschließlich die nachfolgenden Allgemeinen Geschäftsbedingungen in ihrer zum Zeitpunkt der Bestellung gültigen Fassung.

§ 1 **Angebote**

Das FBS bietet Veranstaltungen der Familienbildung an. Diese ergeben sich aus dem jährlichen Veranstaltungsprogramm (Jahresprogrammheft sowie Programmankündigungen auf unserer Homepage www.familienforum-ruhrgebiet.de). Das Veranstaltungsangebot erstreckt sich über mehrwöchige fortlaufende Kurse innerhalb eines ca. zweimonatigen Kurszeitraumes einerseits sowie Einzelveranstaltungen mit einem oder wenigen Terminen andererseits.

Mit Ausnahme spezieller Ferienangebote finden während der Schulferien NRW keine Veranstaltungen statt. Alle Veranstaltungen stehen grundsätzlich jedem offen. Einige Veranstaltungen haben jedoch spezifische Teilnahmevoraussetzungen, wie z.B. Zielgruppenzugehörigkeit, Geschlecht, Alter u.s.w., welche im Veranstaltungsprogramm (Jahresprogrammheft sowie Programmankündigungen auf unserer Homepage www.familienforum-ruhrgebiet.de) ausdrücklich genannt sind.

Programmänderungen bleiben vorbehalten. Bitte beachten Sie auch die Ankündigungen im Internet und in der Presse.

§ 2 **Anmeldung zu den Veranstaltungen**

1. Anmeldungen sind für jede Veranstaltung notwendig und verbindlich.
2. Die verbindliche Anmeldung erfolgt für die jeweilige Veranstaltung auf unserer Homepage (www.familienforum-ruhrgebiet.de), die wir Ihnen anschließend per E-Mail bestätigen.
3. Bei Eltern-Kind-Kursen erfolgt die Anmeldung über Interessentenlisten, da wir die Kurse dem Alter und den Fähigkeiten der Kinder entsprechend zusammenstellen. Das heißt, dass Interessenten sich pauschal für einen Kursbereich (z.B. Pekip, Kinderschwimmen etc.) anmelden und von der Kurskoordinatorin dann einen konkreten, altersgerechten Kurs zugewiesen bekommen. Bei ausgebuchten Kursen/Einzelveranstaltungen leiten wir Ihre Anmeldung auf eine Warteliste weiter.
4. Bei Veranstaltungen mit Interessentenliste oder Warteliste bieten wir Ihnen per E-Mail oder telefonisch einen konkreten Platz an, sobald eine entsprechende Veranstaltung durchgeführt oder ein Platz frei wird. Die Anmeldung ist mit Ihrer anschließenden Zusage verbindlich und wird Ihnen dann von uns per E-Mail bestätigt.
5. Im Kurs befindliche Teilnehmer haben ein Wiederanmeldevorrecht für den nächsten Kurszeitraum. Dies bedeutet, dass sie gegenüber Erstanmeldern bevorzugt behandelt werden. Die verbindliche Wiederanmeldung wird von dem Dozenten/der Dozentin im Kurs abgefragt und kann durch Unterschrift in der Teilnehmerliste bestätigt werden. Alternativ erfolgt in Bezug auf die Wiederanmeldung – in der Mitte des Kurszeitraumes – eine E-Mail-Abfrage durch die Kurskoordinatorinnen. Durch fristgerechte Rückmeldung per E-Mail kann die verbindliche Wiederanmeldung ebenfalls bestätigt werden.
6. Falls die Veranstaltung abgesagt oder verändert werden muss, erhalten Sie eine Nachricht.

§ 3 **Abmeldung**

1. Eine Abmeldung ist nur in dringenden Fällen möglich und muss bis spätestens 14 Tage vor Veranstaltungsbeginn erfolgt sein. Wichtig: Bei späterer Abmeldung (d.h. weniger als 14 Tage vor Kursbeginn) oder Fernbleiben müssen wir die volle Gebühr erheben.
2. Erfolgte die Anmeldung kurzfristig, d.h. weniger als zwei Wochen vor Veranstaltungsbeginn, ist eine Abmeldung ausgeschlossen.
3. Ein Wechsel in der Person des Dozenten berechtigt nicht zur Abmeldung von der Veranstaltung.
4. Die Abmeldung hat in Textform (z.B. per E-Mail, Fax oder Brief) zu erfolgen.

§ 4 **Abmeldung im Krankheitsfall des Kindes**

Sollte Ihr Kind vor Kursbeginn oder im Kurs erkranken und nicht weiter am Kurs teilnehmen

können, so senden Sie uns bitte unmittelbar nach Bekanntwerden der Krankheit ein Attest Ihres behandelnden Arztes. Die Gebühren für die noch ausstehenden Kurstermine werden zu 50 % ab Eingang des Attestes erstattet.

§ 5 **Veranstaltungsausfall**
Das Familienforum ist berechtigt, im Einzelfall die Durchführung einer Veranstaltung oder eines einzelnen Veranstaltungstermins abzusagen, wenn die notwendige Mindestteilnehmerzahl nicht erreicht ist oder wenn z.B. der/die Dozent/in erkrankt ist. In diesem Fall werden bereits gezahlte Veranstaltungsgebühren bei Ausfall eines Einzeltermins auch anteilig erstattet. Alle berechtigten Erstattungen erfolgen grundsätzlich nach Beendigung der Veranstaltung. Eine Verrechnung mit anderen Veranstaltungen ist nicht möglich.

§ 6 **Teilnahmegebühren**
Entsprechend der Programmankündigung werden Gebühren für die Veranstaltungen erhoben. Diese sind 14 Tage vor Veranstaltungsbeginn fällig. Sollten einzelne Stunden einer Veranstaltung nicht in Anspruch genommen werden, erfolgt keine Gebührenerstattung.

§ 7 **Ermäßigungen**
1. Bei Eltern-Kind-Kursen ist es möglich, eine Bezuschussung zur Kursgebühr über das Bildungs- und Teilhabepaket der Stadt Bochum zu beantragen. Die Beantragung erfolgt durch die Teilnehmer mit der Kursbestätigung bei der Bildungs- und Teilhabe-Stelle der Stadt Bochum.
2. Eltern von behinderten Kindern können einen Antrag auf Kostenbeteiligung bei der Elterninitiative Menschen(s)kinder e.V. stellen, sofern die Kursgebühren nicht schon als ermäßigt ausgewiesen sind (Stichwort: Eigenanteil). Den Antrag stellt Ihnen auf Anfrage die jeweilige Kurskoordinatorin zur Verfügung und ist zudem erhältlich bei: Menschen(s)kinder e.V., Alexandrinenstr. 5, 44791 Bochum, info@menschenskinder-bochum.de
3. Bei Anmeldungen von Geschwistern zu demselben Kurs gewähren wir einen Preisnachlass von 25 % auf die insgesamt anfallende Kursgebühr dieses Kurses.
4. Empfängern von ALG II (Leistungen nach SGB II), Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung (SGB XII), Leistungen nach dem Asylbewerber-Leistungsgesetz, Leistungen nach dem Bafög und von Berufsausbildungsbeihilfe nach dem SGB III/AFG gewähren wir einen Preisnachlass von 50 % nach Vorlage eines entsprechenden Nachweises.
Ermäßigungen sind nur ab einem Veranstaltungsentgelt von 10 € pro Veranstaltung möglich.

§ 8 **Zahlungsweise**
Die Bezahlung der Teilnahmegebühr erfolgt per SEPA-Lastschriftverfahren.
1. Für den Einzug der Veranstaltungsgebühr erteilen Sie uns ein SEPA-Lastschriftmandat. Dazu nutzen Sie bitte unseren Vordruck (Anhang zur Kursbestätigung). Einmal erteilte Lastschriften gelten für alle von Ihnen belegten Kurse bis auf Widerruf!
2. Bei fortlaufenden Kursen wird die Veranstaltungsgebühr in der Regel in der zweiten Kurswoche eingezogen. Sie erhalten jeweils rechtzeitig vor Einzug von uns eine Information per Email. Bitte berücksichtigen Sie, dass die Banken unterschiedliche Bearbeitungszeiten haben.
3. Über die jeweiligen Zahlungsmodalitäten bei Einzelveranstaltungen unterrichten wir Sie gesondert in der Veranstaltungsbestätigung per E-Mail.
4. Sollten Sie nicht über ein Konto verfügen, können Sie bis 14 Tage vor Veranstaltungsbeginn unter Vorlage der Anmeldebestätigung während der Bürozeiten montags bis donnerstags von 10-12 Uhr in der Buchhaltung des Familienforums bar bezahlen.
Sollte die Zahlung der Veranstaltungsgebühr bzw. die Erteilung der Einzugsermächtigung 14 Tage vor Kursbeginn unterbleiben, wird dies dem Mahnwesen überführt.

§ 9 **Teilnahmebescheinigung**
Die Ausstellung einer Teilnahmebescheinigung erfolgt auf ihren Wunsch.

Allgemeine Geschäftsbedingungen

der Stiftung Kinderzentrum Ruhrgebiet/Familienforum-Familienbildungsstätte (FBS)

§ 10 **Datenschutz**

1. Mit Ihrer Anmeldung ist es notwendig, Ihre veranstaltungsbezogenen Daten zu Zwecken der Kursverwaltung elektronisch zu speichern und zu verarbeiten. Die Verwendung Ihrer Daten für allgemeine Ankündigungen (Newsletter) erfolgt ausschließlich nach Ihrer expliziten Einwilligung bis auf Widerruf.
2. Kontrollbehörden erhalten zur Prüfung der Mittelverwendung Einblick in die Teilnehmerlisten. Darüber hinaus erfolgt keine Weitergabe Ihrer Daten an Dritte.
3. Der weitere Umgang mit Ihren Daten wird ausführlich in unserer Datenschutzerklärung (https://www.familienforum-ruhrgebiet.de/kontakt/datenschutzerklaerung/) geklärt.

§ 11 **Haftung**

1. Das Familienforum schließt seine Haftung für leicht fahrlässig verursachte Pflichtverletzungen aus, soweit dies rechtlich zulässig ist. Zudem schließt das Familienforum seine Haftung für leicht fahrlässig verursachte Schäden an dem Eigentum der Teilnehmer aus, insbesondere für Beschädigungen, Diebstahl, Verlust oder sonstigen Unregelmäßigkeiten durch Dritte. Gleiches gilt für Pflichtverletzungen der gesetzlichen Vertreter und der Erfüllungsgehilfen des Familienforums. Die Haftung ist begrenzt auf den vertragstypischen und vorhersehbaren Schaden, maximal jedoch bis zu einem Betrag der jeweiligen Veranstaltungsgebühr.
Dieser Haftungsausschluss gilt nicht in den Fällen einer Verletzung des Lebens, des Körpers, der Gesundheit oder von wesentlichen Vertragspflichten.
2. Die Teilnahme an unseren Veranstaltungen erfolgt auf eigene Gefahr. Bei Eltern-Kind-Angeboten haben die Eltern bzw. die Begleitpersonen die Aufsichtspflicht für ihre Kinder. Bei reinen Kinder-Kursen/-Veranstaltungen erstreckt sich die Aufsichtspflicht der Kursleitung ausschließlich auf die Kurszeit. Vor Kursbeginn und nach Kursende wird keine Verantwortung für die Kursteilnehmer/-innen übernommen. Außerhalb der Kurszeiten sind die Eltern für ihre Kinder verantwortlich.
3. Bei Kooperationen mit externen Einrichtungen (Familienzentren, Kindergärten, Schulen etc.) garantieren die jeweils beauftragenden Einrichtungen die Einhaltung sämtlicher einschlägigen Sicherheitsbestimmungen.

Widerrufsbelehrung

Die Teilnehmer/innen haben das Recht, binnen vierzehn Tagen ohne Angabe von Gründen den Vertrag zu widerrufen. Die Frist beginnt nach Erhalt dieser Belehrung. Um Ihr Widerrufsrecht auszuüben, müssen Sie dem Familienforum-FBS mittels einer eindeutigen Erklärung (z.B. Brief, E-Mail oder Fax) über Ihre Absicht, diesen Vertrag zu widerrufen, informieren. Zur Wahrung der Widerrufsfrist reicht es aus, dass Sie die Mitteilung über die Ausübung des Widerrufsrechts vor Ablauf der Widerrufsfrist absenden. Der Widerruf ist zu richten an die Familienforum-FBS, Alexandrinenstr. 5, 44791 Bochum, info@familienforum-ruhrgebiet.de; Fax 0234 509 2820.

Widerrufsfolgen

Wenn Sie den Vertrag widerrufen, haben wir Ihnen alle Zahlungen, die wir von Ihnen erhalten haben, unverzüglich und spätestens binnen vierzehn Tagen ab dem Tag zurückzuzahlen, an dem die Mitteilung über Ihren Widerruf dieses Vertrags bei uns eingegangen ist. Für diese Rückzahlung verwenden wir dasselbe Zahlungsmittel, das Sie bei der ursprünglichen Transaktion eingesetzt haben, es sei denn, mit Ihnen wurde ausdrücklich etwas anderes vereinbart; in keinem Fall werden Ihnen wegen dieser Rückzahlung Entgelte berechnet.

Besondere Hinweise

Ihr Widerrufsrecht erlischt mit Ihrer Zustimmung vorzeitig, wenn der Vertrag von beiden Seiten auf Ihren ausdrücklichen Wunsch vollständig erfüllt ist, bevor Sie Ihr Widerrufsrecht ausgeübt haben.

Ende der Widerrufsbelehrung.

WISSENsWERTES

Anfahrt und Parken Universitätskinderklinik
Sie erreichen die Universitätskinderklinik Bochum von der A 40 Abfahrt Bochum-Ruhrstadion. An der 1. Ampel links befindet sich ein Parkhaus, 200 m weiter geradeaus liegt die Universitätskinderklinik Bochum am Stadionring/Ecke Alexandrinenstraße.

Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln: Linie 354, Haltestelle: Tierpark, Linie 308/318 Haltestellen: Planetarium oder Ruhrstadion

Von allen Haltestellen aus ist die Kinderklinik in 5 bis 10 Minuten Fußweg zu erreichen.

Kostenlose Parkplätze finden Sie in der Küpperstraße oder der Klinikstraße.
Kostenpflichtige Parkmöglichkeiten befinden sich auf dem Gelände des St. Josef-Hospitals.

Veranstaltungsort, wenn nicht anders angegeben
Universitätsklinik für Kinder- und Jugendmedizin im St. Josef-Hospital Bochum
Alexandrinenstraße 5 · 44791 Bochum

Das Familienforum - FBS ist eine anerkannte Einrichtung der Familienbildung nach dem Weiterbildungsgesetz Nordrhein-Westfalen (WbG).

Dem Aufsichtsrat gehören an
Prof. Dr. med. Thomas Lücke und PD Dr. med. Anjona Schmidt-Choudhury (Universitätskinderklinik), Michael Bernau und Prof. Dr. Rainer-Georg Siefen (Stiftung Kinderzentrum Ruhrgebiet) und Diana Stricker und Jochen Grothkop (Elterninitiative Menschen(s)kinder e.V.). Prof. Dr. med. Thomas Lücke leitet den Wissenschaftlichen Beirat.

Impressum Familienforum 2021
Idee + Konzept Familienforum Team
Redaktion Dr. Gregor Betz, Friederike Wentingmann, Betina Johannes, Diana Stricker
Fotos Anja Micke, Stefan Kuhn, Andreas Molatta, Referenten, Stiftung Kinderzentrum Ruhrgebiet, Archiv der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin der Ruhr-Universität Bochum im St. Josef-Hospital, Fotolia, Adobe Stocks, Menschen(s)kinder e.V., andreas ren photography, Katrin Schwermer-Funke
Titelfoto Friederike Wentingmann und Gregor Betz
Gestaltung Carsten Briefs, www.werteschmiede.de
Druck www.wir-machen-druck.de

OFF LINE ON LINE **Onlineveranstaltungen**

OFF LINE ON LINE **Präsenzveranstaltungen**, die im Fall von Beschränkungen (kurzfristig) online stattfinden.

Ihre Meinung ist uns wichtig!

Es ist uns ein Anliegen, Ihnen neben einem abwechslungsreichen Kursangebot eine gute Betreuung in unseren Veranstaltungen zu bieten. Durch Ihr Feedback helfen Sie uns, unser Angebot stetig zu verbessern.

Ihr Feedback erreicht uns anonym über unsere Internetseite unter „Lob/Kritik“ oder über info@familienforum-ruhrgebiet.de.

Newsletter

Aktionen, Programmänderungen, neue Kursangebote und freie Kursplätze geben wir alle zwei Monate über unseren Newsletter bekannt. Schicken Sie uns eine Mail zur Anmeldung: info@familienforum-ruhrgebiet.de

Für den Inhalt der Kursbeschreibungen sind die Referentinnen und Referenten verantwortlich. Änderungen und Ergänzungen im vorliegenden Jahresprogramm sind möglich.

Unser Team

Diana Stricker, Anna Seidel, Betina Johannes, Simon Grube,
Friederike Wentingmann, Gregor Betz, Aleksandra Mau

Leitung
Dr. Gregor Betz
T 0234 509 28 03
E gregor.betz@kiz-ruhr.de

Kurskoordination
Anna Seidel
T 0234 509 28 35
E anna.seidel@kiz-ruhr.de
Montag - Donnerstag 10:00 - 13:00 Uhr

Schwimmkurskoordination
Aleksandra Mau
T 0234 509 28 13
E aleksandra.mau@kiz-ruhr.de
Montag, Donnerstag, Freitag 10:00 - 13:00 Uhr

Einzelveranstaltungen und Öffentlichkeitsarbeit
Friederike Wentingmann, Simon Grube
T 0234 509 28 04
E friederike.wentingmann@kiz-ruhr.de
Montag - Donnerstag 10:00 - 13:00 Uhr

Buchhaltung und Controlling
Betina Johannes
T 0234 509 28 01
E betina.johannes@kiz-ruhr.de
Dienstag - Donnerstag 10:00 - 13:00 Uhr

Handicapkurse
Diana Stricker - Menschen(s)kinder e.V.
E info@menschenskinder-bochum.de

Familienforum - FBS
Alexandrinenstraße 5
44791 Bochum

T 0234 509 28 35
F 0234 509 28 20
E info@familienforum-ruhrgebiet.de

Anmeldungen unter
www.familienforum-ruhrgebiet.de

familien forum

Wir freuen uns auf Sie.

Besuchen Sie uns auf