



Sonnenschein
Die Elternschule am
Marienhospital Gelsenkirchen



Perinatalzentrum
Gelsenkirchen
Level 1



Akademisches Lehrkrankenhaus

Der starke Partner für Eltern und Kinder



Angebote für
Eltern und Säuglinge
rund um die Geburt

1. Halbjahr 2026

Inhalt

Vorwort	3
Kreißsaalbesichtigungen	4
Informationsabende für Schwangere	5
Geburtsvorbereitung mit Partner am Wochenende	6
Geburtsvorbereitung unter der Woche	7
Geburtsvorbereitung in Einzelunterweisung	8
Hebammensprechstunden	9
Erste Hilfe für Neugeborene	10
Babypflege, das tägliche Ritual	11
Wir werden Großeltern	12
Wickeldiplom und Geschwisterführerschein	13
Trageberatung für Babys und Kleinkinder	14

Ayurvedische Babymassage	15
Rückbildungsgymnastik	16
PEKiP-Kurse	17
Beikost	18
Mütter- und Stillcafé	19
Elternschule Sonnenschein/Nachsorge	20
Notizen	21
Serviceangebote	22
Babygalerie	24
Ärztliche Beratungsangebote	25
Das Team	26
Wegweiser	28



Elternschule Sonnenschein

Anmeldung und Information

Büro: Mo.–Mi. 9–13 Uhr

Do. 9–12 Uhr

Tel. 0209 172-3564

sonnenschein@marienhospital.eu

Bitte melden Sie sich frühzeitig an!

Vorwort

Liebe werdende Eltern,

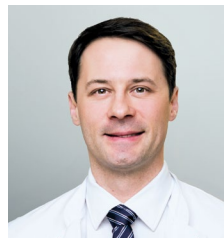
mit dem aktuellen Informationsheft stellen wir Ihnen die Kursangebote der Elternschule Sonnenschein am Marienhospital Gelsenkirchen für das 1. Halbjahr 2026 vor.

Unser Betreuungsangebot soll alle Schwangeren und ihre Partner erreichen, denn die Sicherheit eines Perinatalzentrums des Levels 1 mit Geburtshilfe und Kinderklinik unter einem Dach sollte allen Neugeborenen zugutekommen.

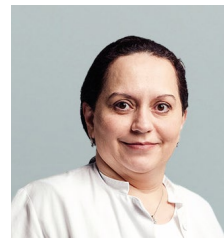
Eine besondere Unterstützung möchten wir natürlich Familien mit Risikoschwangerschaften und Geburten anbieten, die in besonderer Weise von diesem Angebot profitieren.

Damit Sie entspannt den großen Tag der Geburt erwarten können, bieten wir Ihnen schon während der Schwangerschaft mit unseren Kursen eine wichtige Vorbereitung und geben Ihnen die Möglichkeit, neben Information und Wissen auch uns, das Team der geburtshilflichen Abteilung, bereits vor der Geburt Ihres Kindes kennenzulernen.

Rund um die Geburt werden Sie von einem Team von Hebammen und Ärzten mit Empathie und großer Erfahrung betreut. Bei den Informationsabenden zeigen wir Ihnen unsere Kreißsäle und die Station.



Prof. Dr. Pawel Mach
Chefarzt



Filiz Güngör
Leitende Ärztin



Dr. Werner Künkel
Leitender Arzt

Auch nach der Geburt umfasst das Angebot der Elternschule Sonnenschein wichtige Themen wie Rückbildungsgymnastik sowie Kurse zur Förderung der Entwicklung des Kindes. Hierbei steht ebenfalls im Fokus, die Beziehung zum eigenen Kind zu stärken und den Erfahrungsaustausch mit anderen Eltern zu ermöglichen.

Melden Sie sich zeitnah. Wir freuen uns darauf, Sie kennenzulernen und beraten zu können.

Herzlichst und mit den besten Wünschen,

*Prof. Dr. Pawel Mach, Filiz Güngör, Dr. Werner Künkel
und das Team der Elternschule Sonnenschein*

Kreißsaalbesichtigungen

Die Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe im Marienhospital Gelsenkirchen lädt zu Kreißsaalbesichtigungen ein.

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben dabei die Gelegenheit, die Atmosphäre in einem Kreißsaal schon vor der Entbindung ein wenig kennenzulernen. Im Gespräch mit Chefarzt Prof. Dr. Pawel Mach oder dem Leitenden Arzt Dr. Werner Künkel (Klinik für Gynäkologie und Geburtshilfe im mhg) erhalten Sie Antworten auf Ihre Fragen, die Sie im Zusammenhang mit der bevorstehenden Geburt haben. Auch ein Kinderarzt aus der Klinik für Neonatologie, Kinder- und Jugendmedizin wird als Gesprächspartner zur Verfügung stehen.



Mittwoch, 18:30 Uhr

Termine: 07.01.2026, 21.01.2026, 04.02.2026, 18.02.2026,
04.03.2026, 25.03.2026, 08.04.2026, 22.04.2026,
06.05.2026, 20.05.2026., 10.06.2026., 24.06.2026

Treffpunkt: Gynäkologische Ambulanz, Ebene 2

Kursgebühr: keine

Anmeldung: nicht erforderlich

Informationsabende für Schwangere

Da in unseren Geburtsvorbereitungskursen nicht in aller Ausführlichkeit auf alle Begleitumstände einer Geburt eingegangen werden kann, bieten wir zusätzlich zu relevanten Themen spezielle Informationsabende an.

Die erste Zeit mit dem Kind – Verhalten im Wochenbett

(diese Informationsabende finden OHNE Partner statt)

Termine: 03.03.2026, 16.06.2026

Kursleitung: Canan Kaya

(Kinderkrankenschwester)

Stillen – naturgemäße Ernährung des Kindes

Auch Ihr Lebenspartner ist herzlich zu diesem Informationsabend eingeladen.

Termine: 03.02.2026, 05.05.2026

Kursleitung: Bärbel Springer-Mounir

(Kinderkrankenschwester, Still- und Laktationsberaterin, (IBCLC))

Dienstag, 18:00–19:30 Uhr

Ort: Elternschule Sonnenschein, Gebäude II, 2. OG

Kursgebühr: 6,00 € pro Person

10,00 € pro Paar (Stillinfoabend)

Anmeldung: in der Elternschule



Elternschule Sonnenschein

Anmeldung und Information

Büro: Mo.–Mi. 9–13 Uhr

Do. 9–12 Uhr

Tel. 0209 172-3564

sonnenschein@marienhospital.eu

Bitte melden Sie sich frühzeitig an!



Geburtsvorbereitungskurs mit Partner am Wochenende

Es handelt sich um einen Kompaktkurs, der an zwei Tagen Wissen über den gesamten Themenbereich Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett und Stillzeit vermittelt. Neben der Theorie werden auch Atem- und Körperwahrnehmungsübungen angeboten.

Damit möchten wir Ihnen helfen, die eigene Gebärfähigkeit zu stärken und mögliche Unsicherheiten abzubauen. Es ist genug Zeit für individuelle Fragen.

Mitzubringen sind jeweils:

- bequeme Kleidung
- Stoppersocken
- Mutterpass
- Krankenkassenkarte



Geburtsvorbereitung mit Partner

Samstag und Sonntag, jeweils **11:00–17:30 Uhr**

Termine: 24./25.01.2026
28.02./01.03.2026
16./17.05.2026

Ort: Elternschule Sonnenschein, Gebäude II, 2. OG

Kursleitung: **Gisoo Davvand** und **Oumaima Riahi** (Hebammen)

Kursdauer: 13 Stunden

Kursgebühr: 148,20 € (gesetzlich versichert;
wird von den Krankenkassen übernommen)

Kursgebühr: 266,76 € (privat versichert)

Kursgebühr für den Partner: 120,00 €

Anmeldung: in der Elternschule

Geburtsvorbereitung unter der Woche

Mit unserem Geburtsvorbereitungskurs möchten wir Sie auf die Geburt und die ersten Wochen des Elternseins vorbereiten. Wesentliche Inhalte dieses Kurses sind:

- Atem- und Körperwahrnehmung
- Umgang mit Wehen und verschiedenen Gebärlagen
- Information und Gespräch über den gesamten Themenbereich Schwangerschaft – Geburt – Wochenbett – Stillzeit

Damit möchten wir Ihnen helfen, die eigene Gebärfähigkeit zu stärken und mögliche Unsicherheiten abzubauen. Es ist genug Zeit für individuelle Fragen.

Mitzubringen sind jeweils:

- bequeme Kleidung
- Mutterpass
- Stoppersocken
- Krankenkassenkarte

Geburtsvorbereitung für Frauen

Montag, 16:00–18:00 Uhr

Termine: 12.01.–23.02.2026, 18.05.–06.07.2026
(Kein Kurs am Pfingstmontag, 25.05.2026)

Partnerabend innerhalb des Kurses

Montag, 18:00–20:00 Uhr

Termine: 02.02.2026, 15.06.2026

Ort: Elternschule Sonnenschein, Gebäude II, 2. OG



Elternschule Sonnenschein

Anmeldung und Information

Büro: Mo.–Mi. 9–13 Uhr

Do. 9–12 Uhr

Tel. 0209 172-3564

sonnenschein@marienhospital.eu

Bitte melden Sie sich frühzeitig an!



Kursleitung: Hannah Ferdinand (Hebamme)

Kursdauer: 7x2 Stunden, zum vierten Kurstermin (Thema Geburt) kann gerne eine weitere Person mitgebracht werden (Gebühr: 35 €)

Kursgebühr: 159,60 € (gesetzlich versichert;
wird von den Krankenkassen übernommen)
287,28 € (privat versichert)

Anmeldung: in der Elternschule

Geburtsvorbereitung in Einzelunterweisung

Manche Frauen können Einzelgeburtsvorbereitungen von ihren Krankenkassen in Anspruch nehmen. Du hast zum Beispiel Anspruch auf eine Geburtsvorbereitung in Einzelunterweisung, wenn Du eine schwere Behinderung hast (Grad der Behinderung von mindestens 50), bei schwieriger oder ungewollter Schwangerschaft.

Bei einem kostenlosen Erstgespräch lernen wir uns kennen und prüfen Deinen Anspruch auf die Einzelgeburtsvorbereitung.

Was Dich erwartet:

Wie in unseren Geburtsvorbereitungen in der Gruppe erwarten Dich:

- grundlegende Informationen zu Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett, Stillzeit und Neugeborenem
- gezielte Vorbereitung und Maßnahmen zu Entlastungsmöglichkeiten als Unterstützung im Wochenbett und in der Stillzeit
- praktische Übungen (Entspannungstechniken, Atemübungen, Beckenbodenübungen)
- alles natürlich abgestimmt auf deine Individuellen Bedürfnisse und Möglichkeiten!

Termine: flexibel nach Absprache

Ort: Elternschule Sonnenschein, Virchowstraße 120, 2. OG, 45886 Gelsenkirchen oder bei Dir zu Hause (u.U. teilweise als Video-Call möglich)

Kursdauer: Die Kurseinheiten können flexibel gestaltet werden. Insgesamt hast Du das Recht auf sieben Stunden Geburtsvorbereitung.

Kursleitung: **Hannah Ferdinand** (Hebamme)

Kursgebühr: keine – die Kosten werden bei ärztlichem Attest von den Krankenkassen bezahlt

Anmeldung: in der Elternschule

Hebammensprechstunden

Die Elternschule Sonnenschein bietet regelmäßige Hebammensprechstunden an. Auch die Partner sind herzlich willkommen.

Neben dem Anlegen der Akte und dem Erheben der Anamnese, um das Ankommen im Kreißsaal zur Geburt zu erleichtern, kann auch ein ausführliches Gespräch über die persönlichen Bedürfnisse und Wünsche rund um die Geburt erfolgen.

In einem Beratungstermin mit der Hebamme Meryem Salih wird unter anderem Hilfe bei Schwangerschaftsbeschwerden angeboten. Auch ein kinesiologisches Taping ist als individuelle Gesundheitsleistung möglich. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit einer frühzeitigen individuellen Beratung zu diversen Unterstützungs- und Hilfsangeboten wie beispielsweise Frühe Hilfen und Präventionsprojekten.



Elternschule Sonnenschein

Anmeldung und Information

Büro: Mo.–Mi. 9–13 Uhr

Do. 9–12 Uhr

Tel. 0209 172-3564

sonnenschein@marienhospital.eu

Bitte melden Sie sich frühzeitig an!



Mittwoch, 14:00–17:00 Uhr

Termine: 07.01.2026, 04.02.2026, 04.03.2026, 01.04.2026,
06.05.2026, 03.06.2026

Ort: Elternschule Sonnenschein, Virchowstraße 120,
2. OG, 45886 Gelsenkirchen

Kursleitung: Meryem Salih (Hebamme)

Kursgebühr: keine

Anmeldung: in der Elternschule

Erste Hilfe für Neugeborene

Neben wichtigen theoretischen Informationen zum Verhalten bei Vergiftungen, Augenverletzungen, Unfällen mit Strom, Krämpfen, Erbrechen, Sonnenbrand, Sonnenstich und anderen Situationen haben die teilnehmenden Eltern auch gleich die Möglichkeit, die richtigen Handgriffe praktisch zu üben.

An einem Modell legen sie Verbände an, üben die stabile Seitenlage und die Herz-Lungen-Wiederbelebung.

Zielgruppe:

Eltern von Neugeborenen



Dienstag, 19:00–21:00 Uhr

Termine: 10.02.2026, 21.04.2026

Ort: Verwaltungsgebäude, Gebäude I, 5. OG,
Virchowstraße 122, 45886 Gelsenkirchen

Kursleitung: Chefarzt, Leitende Ärzte oder Assistenzärzte
der Klinik für Neonatologie, Kinder- und
Jugendmedizin

Kursgebühr: 15,00 € pro Person
25,00 € pro Elternpaar

Anmeldung: Sekretariat der Klinik für Neonatologie,
Kinder- und Jugendmedizin, Tel. 0209 172-4701

Babypflege, das tägliche Ritual

In diesem Kurs möchten wir Ihnen praktische Hinweise zur allgemeinen Babypflege vermitteln.

- Was ist bei der Nabelpflege zu beachten?
- Wie häufig muss ich mein Baby baden?
- Welche Pflegeprodukte sind erforderlich?
- Worauf kann ich verzichten?
- Praktische Tipps zum Schlafverhalten
- Praktische Tipps zur Ernährung

Auch Väter sind herzlich willkommen!



Elternschule Sonnenschein

Anmeldung und Information

Büro: Mo. – Mi. 9 – 13 Uhr

Do. 9 – 12 Uhr

Tel. 0209 172-3564

sonnenschein@marienhospital.eu

Bitte melden Sie sich frühzeitig an!



Mittwoch ab **19:00 Uhr**

Termine: 11.03.2026, 03.06.2026

Ort: Elternschule Sonnenschein, Gebäude II, 2. OG

Kursleitung: **Jeanette Vauken** (Kinderkrankenschwester)

Kursgebühr: 16,00 € pro Person · 23,00 € pro Elternpaar
(inkl. 19 % USt.)

Anmeldung: in der Elternschule

Wir werden Großeltern

In diesem Kurs vermitteln wir Ihnen allgemeine Informationen über Säuglingspflege, Ernährung und die erste Zeit mit Ihrem Enkelkind.

Vieles hat sich gewandelt. Wir unterstützen Sie und stehen für alle Fragen rund um die erste Zeit mit Ihrem Enkelkind zur Verfügung.

Auch Großväter sind herzlich willkommen!



Mittwoch ab 14:30 Uhr

Termine: 11.02.2026, 15.04.2026

Ort: Elternschule Sonnenschein, Gebäude II, 2. OG

Kursleitung: Jeanette Vauken

(Kinderkrankenschwester)

Kursgebühr: 16,00 € pro Person · 23,00 € pro Großelternpaar
(inkl. 19 % USt.)

Anmeldung: in der Elternschule

Wickeldiplom und Geschwisterführerschein

Wenn die Familie größer wird, freuen sich die älteren Geschwister auf den kleinen Bruder oder das Schwesterchen. Schließlich sind sie ja schon die Großen. Und das wollen sie oft auch zeigen. Nach der ersten Euphorie kommt mitunter die Enttäuschung, weil das Geschwisterchen ja erstmal doch fast nur schläft und noch nicht mitspielen kann.

Die Elternschule Sonnenschein am Marienhospital Gelsenkirchen hat ganz speziell für die „Großen“ ein neues Angebot konzipiert. An einem Nachmittag können sie hier alles lernen, was sie wissen müssen, wenn das Baby da ist.

Mit der eigenen Puppe oder dem Teddy üben sie, wie sie ein Baby richtig halten und wie es gewickelt wird. Sie besuchen bei Möglichkeit den Kreißsaal und die Neugeborenenstation und lernen ein Fingerspiel, das sie später ihren kleinen Geschwistern vorführen können. Ihre Fragen werden kindgerecht beant-

wortet. Das Ziel ist, die Kinder auf die neue Familiensituation vorzubereiten.

Zum Abschluss erhalten sie das Wickeldiplom und den Geschwisterführerschein, der sie als Expertin/Experten für die kleine Schwester /den kleinen Bruder ausweist.

Das Angebot ist für Kinder im Alter von drei bis acht Jahren (ohne Teilnahme der Eltern) gedacht. Bitte bringen Sie ein Foto von sich, eine Puppe oder einen Teddy sowie ein Getränk mit.



Elternschule Sonnenschein

Anmeldung und Information

Büro: Mo. – Mi. 9 – 13 Uhr

Do. 9 – 12 Uhr

Tel. 0209 172-3564

sonnenschein@marienhospital.eu

Bitte melden Sie sich frühzeitig an!

Mittwoch, 14:30 – 15:45 Uhr

Termine: 18.03.2026, 10.06.2026

Ort: Bistro der Station 2 Geburtshilfe,
Marienhospital Gelsenkirchen

Kursleitung: Dorothea König (Kinderkrankenschwester)

Kursgebühr: 10,00 € pro Person (inkl. 19 % USt.)

Anmeldung: in der Elternschule

Trageberatung für Babys und Kleinkinder

Der Brauch, Babys zu tragen, ist so alt wie die Geschichte der Menschheit selbst. Wenn das Baby von Mama und Papa im Tragetuch oder einer Tragehilfe getragen wird, kann es voller Vertrauen und ohne Angst zu haben seiner Umwelt entgegenblicken.

Das Tragen sättigt allerdings nicht nur das Bedürfnis nach Schutz und Geborgenheit. Auch der gesundheitliche Aspekt steht hier im Vordergrund: Koliken wird entgegengewirkt und die Atmung des Kindes wird verbessert. Außerdem werden durch die ständige Bewegung der Gleichgewichtssinn geschult, die Sinne gefördert und die Hüftreifung des Kindes unterstützt.

In diesem 90-minütigen Workshop geht es u.a. um das Verstehen, warum „Tragen“ so wertvoll ist. Es ist mehr als nur die Hände frei zu haben oder zu transportieren. Es ist eine Investition in die Zukunft unserer Kinder!

Ziel und Inhalt des Kurses:

- Tragetuch oder Tragehilfe – was eignet sich für mich?
- Richtige Anwendung von Tragehilfen und Tragetüchern
- Aufklärung zu Vorurteilen und Ängsten
- Klärung von Fragen

Zielgruppe:

Schwangere, Paare, Mütter, Väter

Der Kurs ist geeignet für Interessierte und Eltern mit Babys ab Geburt bis zum ersten Lebensjahr. Sie sind herzlich eingeladen, Ihr Baby zum Workshop mitzubringen.

Donnerstag, 17:00–18:30 Uhr

Termine: 26.03.2026, 25.06.2026

Ort: Elternschule Sonnenschein, Gebäude II, 2. OG

Kursleitung: **Julia Lübke** (ausgebildete Trageberaterin)

Kursgebühr: 21,50 € pro Person · 28,00 € pro Paar
(inkl. 19 % USt.)

Anmeldung: in der Elternschule

Ayurvedische Babymassage

Die ayurvedische Babymassage fördert eine harmonische Ent- wicklung Ihres Babys. Sie vermittelt ein Gefühl der Geborgenheit und fördert die Ausgeglichenheit des Babys. Sie bildet die Grundlage für eine tiefe Bindung zwischen Mutter und Kind.

Nur ein Baby, das sich wohl fühlt, kann über die Körperwahrnehmung zur Bewegung kommen und Spaß daran haben. Durch die stabilisierende Wirkung auch auf das Immunsystem wird der gesamte Organismus gestärkt.

Die Massage verhilft dem Baby zu einem friedlichen Schlaf. Das Baby reagiert auf äußere Reize (z.B. Lärm) entspannter. Die Massage eignet sich gut für „Schreibabys“, sie kommen besser zur Ruhe. Die Babymassage hat eine stabilisierende Wirkung auf das Immunsystem und die Entwicklung des Babys wird gefördert. Die Öle pflegen die Haut des Babys, sie fühlt sich zart und weich an. Die ayurvedische Babymassage regt den Stoffwechsel sowie die Verdauung an und beugt auch Blähungen vor.

Mittwoch, 11:15–12:15 Uhr (sechs Kurseinheiten)

Termine: 04.02.-11.03.2026
22.04.-27.05.2026
24.06.-29.07.2026

Ort: Elternschule Sonnenschein, Gebäude II, 2. OG



Elternschule Sonnenschein

Anmeldung und Information

Büro: Mo.–Mi. 9–13 Uhr

Do. 9–12 Uhr

Tel. 0209 172-3564

sonnenschein@marienhospital.eu

Bitte melden Sie sich frühzeitig an!

Die Massage wirkt auch positiv auf Sie als Mutter: Sie werden sicher im Umgang mit Ihrem Baby. Sie machen sich ganz vertraut mit Ihrem Kind und wissen intuitiv, was Sie tun können, damit es glücklich und zufrieden ist.

Auch die Extraportion Streicheleinheiten, die Sie Ihrem Kind mit der ayurvedischen Babymassage schenken, sollte nicht vergessen werden.

Zielgruppe:

Eltern mit Säugling von fünf Wochen bis zu acht Monaten, solange die Babys noch nicht aktiv sind und krabbeln

Kursleitung: Canan Kaya (Kinderkrankenschwester)

Mitzubringen sind: Decke, wasserdichte Unterlage,
Öl, Stoffwindeln

Kursgebühr: 58,80 € (inkl. 19 % USt.)

Anmeldung: in der Elternschule

Rückbildungsgymnastik

Inhalt des Kurses sind das Erspüren und Trainieren des Beckenbodens und allgemeine Fitness. Dieser Kurs für Frauen sollte nach vaginaler Geburt frühestens nach sechs bis acht Wochen und nach Kaiserschnitt frühestens nach acht bis zehn Wochen begonnen werden.

Babys können gerne mitgebracht werden. Falls Sie jedoch eine Betreuungsmöglichkeit haben, nehmen Sie diese gerne in Anspruch. Dadurch ist eine bessere Fokussierung auf die Kursübungen möglich.

Mitzubringen sind:

- bequeme Kleidung
- Stoppersocken
- Krankenkassenkarte

Donnerstag

Kurs 1 9.30 – 10:55 · Kurs 2 11.00 – 12.25 Uhr

(jeweils insgesamt sieben Kurstermine)

Termine: 08.01.2026 – 05.03.2026

(kein Kurs am 12.02. und 19.02.2026)

02.04.2026 – 22.05.2026 (kein Kurs an Christi Himmelfahrt, 14.05.2026)



Ort:

Elternschule Sonnenschein, Gebäude II, 2. OG

Kursleitung: **Mirko Vito Murabito** (Hebamme)

Kursgebühr: 114,00 € (gesetzlich versichert, wird von der Krankenkasse übernommen), 205,20 € (privat versichert)

Anmeldung: in der Elternschule

PEKiP-Kurse

Das Prager Eltern-Kind-Programm (PEKiP)

Dieses Programm richtet sich an Kinder zwischen der 10. Lebenswoche und dem 12. Lebensmonat. Ein Einstieg in den laufenden Kurs ist jederzeit möglich, sofern die Gesamtteilnehmerzahl von acht Müttern nicht überschritten wird.

Ziel und Inhalt des Kurses ist es:

- das Baby durch Bewegungs-, Sinnes- und Spielanregungen in seiner Entwicklung zu begleiten und zu fördern
- den Erfahrungsaustausch und den Kontakt der Eltern untereinander zu ermöglichen
- die Beziehung zwischen dem Baby und den Eltern zu stärken
- den Kontakt der Kinder zu Gleichaltrigen herzustellen

Zielgruppe:

Babys ab der 10. Lebenswoche

Montag, Dienstag, Freitag, 09:30–11:00 Uhr und

11:00–12:30 Uhr (acht Kurseinheiten)

Termine: auf Anfrage

Ort: Elternschule Sonnenschein, Gebäude II, 2. OG



Elternschule Sonnenschein

Anmeldung und Information

Büro: Mo.–Mi. 9–13 Uhr

Do. 9–12 Uhr

Tel. 0209 172-3564

sonnenschein@marienhospital.eu

Bitte melden Sie sich frühzeitig an!



Kursleitung: Simone Kopatz

(Dipl.-Sozialpädagogin, Kinderkrankenschwester)

Mitzubringen sind: bequeme Kleidung, großes Babyhandtuch

Kursgebühr: 76,80 € (inkl. 19% Ust.)

Anmeldung: in der Elternschule

Beikost

Wann kann ich damit anfangen?

Die Beikost spielt für eine optimale Ernährung und das weitere Gedeihen eines Babys eine wesentliche Rolle. Jedes Baby erlangt irgendwann die Reife, dass es neben der Muttermilch oder Pre-Nahrung auch Beikost zu sich nehmen kann.

Im Rahmen dieses Informationsabends wird darüber informiert, welche Reifezeichen ein Kind zeigen sollte, um mit der Einführung von Beikost beginnen zu können. Darüber hinaus werden an diesem Abend praktische Tipps gegeben. Zum Beispiel, wie Beikost auch ohne Brei funktioniert.



Dienstag ab 18:00 Uhr

Termine: 24.02.2026, 19.05.2026

Ort: Elternschule Sonnenschein, Gebäude II, 2. OG

Kursleitung: Bärbel Springer-Mounir

(Kinderkrankenschwester, Still- und Laktationsberaterin, (IBCLC))

Kursgebühr: 9,00 € pro Person · 16,00 € pro Elternpaar

(inkl. 19 % USt.)

Anmeldung: in der Elternschule

Mütter- und Stillcafé

- Wie oft und wie lange soll ich mein Kind anlegen?
- Wird es satt?
- Was darf ich essen?
- Welche Medikamente darf ich nehmen?
- Wie vermeide ich Milchstau?
- Was mache ich bei wunden Brustwarzen?

Zu all diesen Fragen werden Sie fachkundig beraten und erhalten beim Anlegen Hilfestellungen.

Bei Kaffee und Kuchen können in gemütlicher Atmosphäre unter Leitung einer ausgebildeten Still- und Laktationsberaterin Tipps zu diesen Themen weitergegeben werden:

- Stillen
 - Flaschennahrung
 - Beikost
 - Schlafen
- Auch Flaschenkinder sind herzlich willkommen. Erfahrungsaustausch unter Müttern, deren Kinder im Alter von 0–12 Monaten sind.

Erster und dritter **Dienstag** im Monat, **14:00–17:00 Uhr**

Ort: Elternschule Sonnenschein, Gebäude II, 2. OG

Kursgebühr: keine



Elternschule Sonnenschein

Anmeldung und Information

Büro: Mo.–Mi. 9–13 Uhr

Do. 9–12 Uhr

Tel. 0209 172-3564

sonnenschein@marienhospital.eu

Bitte melden Sie sich frühzeitig an!



Kursleitung: **Bärbel Springer-Mounir**

(Kinderkrankenschwester, Still- und Laktationsberaterin, (IBCLC))

Anmeldung: vorherige Anmeldung in der Elternschule Sonnenschein erforderlich

Elternschule Sonnenschein

Mit den Angeboten der Elternschule Sonnenschein begleiten wir Sie durch die Zeit der Schwangerschaft und danach. Unsere vielfältigen Informationen und Kurse helfen Ihnen dabei, sich ein umfassendes Wissen zu den Themenbereichen rund um die Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett oder Stillen anzueignen. Denn Wissen schafft Sicherheit – und Sicherheit lässt keinen Raum für Ängste.

Auch die Versorgung von Neugeborenen sowie die Förderung der Entwicklung Ihres Kindes sind nachhaltige Bestandteile unseres Angebots.

Doch damit nicht genug. Neben den zentralen Themen rund um die Geburt möchten wir Sie und Ihr Kind durch das erste Lebensjahr begleiten. Das Team der Elternschule Sonnenschein unterstützt Sie vor, während und nach der Geburt.

Wir laden Sie herzlich ein, uns kennenzulernen.

Nachsorge

Nach der Entlassung aus der Klinik haben Sie bis zur 12. Lebenswoche des Kindes einen Anspruch auf Hebammenhilfe, die zu Ihnen nach Hause kommt. Die Kosten übernimmt Ihre Krankenkasse.

Beata Bakalarz (auch polnischsprachig) **0234 28782281**

Ilona Milewski (auch polnischsprachig) **02327 77893**

Bozena Reske (auch polnischsprachig) **02366 9409977**

Gisoo Dadvand (auch persischsprachig) **0160 8160429**

Bozena Badzinska (auch polnischsprachig) **0201 52083022**

Iva Vani (Raum BO, E, GE)
(auch italienisch- und albanischsprachig) **0157 32416744**

Vor- und Nachsorge

Irina Rib (auch russischsprachig) **0176 61560624**

Malgorzata Brandtner (Raum HER, CAS, RE, GE)
(auch polnischsprachig) **0151 15313024**

Oumaima Riahi (auch arabischsprachig) **0176 41671231**

Mirko Vito Murabito (auch italienischsprachig) .. **0176 32408217**

Weitere Hebammen erreichen Sie über die Hebammenzentrale Gelsenkirchen+Bochum. **Tel. 0234 9773055** (Mo.–Do., 9:30–12:30 Uhr), hebammenzentrale.gelsenkirchen@asb-bochum.de
Bitte melden Sie sich so früh wie möglich bei der Hebamme Ihrer Wahl an!

Notizen

Area with horizontal lines for notes.



Elternschule Sonnenschein

Anmeldung und Information

Büro: Mo. – Mi. 9 – 13 Uhr

Do. 9 – 12 Uhr

Tel. 0209 172-3564

sonnenschein@marienhospital.eu

Bitte melden Sie sich frühzeitig an!

Serviceangebote

Babygalerie

Auf unserer Internetseite bieten wir die Möglichkeit, ein Bild Ihres Kindes mit dem Vornamen und Angaben zum Geburtsgewicht zu veröffentlichen.

Beurkundung

Ihr Kind ist geboren und nun kommen allerlei Formalitäten auf Sie zu. Um Ihnen den Gang durch die Ämter etwas zu erleichtern, haben wir für Sie eine Informationsmappe zusammengestellt. Bitte melden Sie Ihr Kind nach der Geburt innerhalb der ersten drei Tage in der Beurkundung an. Hier erhalten Sie auch die Informationsmappe mit Formularen, Merkblättern und Hinweisen sowie Adressen, Telefonnummern und Öffnungszeiten der unterschiedlichen Behörden und Institutionen.

Geburtsanzeigen Tagespresse

Das Marienhospital Gelsenkirchen bietet Ihnen die Möglichkeit, die Geburt Ihres Kindes mit einer Geburtsanzeige in der Tageszeitung Ihres Wohnortes kostenlos zu veröffentlichen. Sie finden in den Patientenzimmern jeweils einen Anzeigenordner mit Musteranzeigen, aus denen Sie individuell eine nach Ihren Wünschen festgelegte Anzeige auswählen können. Wir übernehmen dann alles Weitere.

Darüber hinaus haben Sie auch die Möglichkeit, eine persönlich gestaltete Geburtsanzeige per E-Mail versenden zu lassen.

Gewährleistung der Versorgungskontinuität

Jede Frau hat nach der Entbindung einen Anspruch auf Wochenbettbetreuung durch eine Hebamme, die zu ihr nach Hause kommt. Die Nachsorge erfolgt täglich, in der Regel bis zum zehnten Tag nach der Entbindung. Danach besteht die Möglichkeit der Betreuung durch eine Hebamme mit bis zu 16 weiteren Besuchen innerhalb von zwölf Wochen nach der Geburt.

Die Hebammen beobachten die Vorgänge der Rückbildung, beraten und unterstützen Sie bei der Pflege und Ernährung Ihres Kindes und bei der Versorgung des Nabels. Auch bei Fragen zu Blähungen, Anpassungsschwierigkeiten oder zur Gewichtskontrolle erhalten Sie kompetente Unterstützung und Anleitung.

Sozialberatung

Wenden Sie sich an die Mitarbeiter*innen des Pflegeteams oder direkt an unsere Babylotsin, die gerne einen Termin für ein persönliches Gespräch mit Ihnen vereinbaren.

Still-Hotline

Sollten Sie nach der Entlassung Fragen oder Probleme im Zusammenhang mit dem Stillen haben, so stehen Ihnen unsere kompetenten Mitarbeiterinnen rund um die Uhr zur Verfügung. **Tel. 0209 172-54513**

Babylotse

Sie bekommen Ihr erstes Kind? Oder sogar Mehrlinge? Vielleicht sind Sie alleinerziehend oder suchen eine Betreuung für das Geschwisterkind während der Geburt und des Krankenhausaufenthaltes? Benötigen Sie Unterstützung im Alltag? Oder sind Sie neu in Gelsenkirchen und suchen soziale Kontakte? Sie haben Sorgen in der Partnerschaft oder finanzieller Art...?

- Wir möchten Sie unterstützen, damit Sie bereits während der Schwangerschaft und nach der Geburt gut versorgt werden.
- Wir informieren und beraten Sie.
- Wir helfen Ihnen bei Anträgen und Behörden.
- Wir vermitteln Ihnen Kontakte zu anderen Eltern, Gruppen, Familienhebammen u.v.m.

Vereinbaren Sie gerne unverbindlich einen vertraulichen Beratungstermin mit unserer Babylotsin.



**Claudia
Monno**

Babylotsin



**Tina
Linke**

Babylotsin

Babylotsinnen

Claudia Monno und Tina Linke

Tel. 0209 172-53155

E-Mail: babylotse@st-augustinus.eu

Babygalerie

Bei Mausklick: Baby lächeln oder auch -schlummern. Diesen Service bietet die Geburtshilfe des Marienhospitals im Perinatalzentrum Gelsenkirchen allen frisch gebackenen Eltern, ihren Angehörigen und Freunden. Auf der Internet-Seite (www.marienhospital.eu) sind Fotos der in den Kreißsälen zur Welt gekommenen Babys zu bewundern.

Eine Galerie zeigt die Neugeborenen mit Namen, Geburtsdatum, -zeit, -gewicht und -größe – vorausgesetzt, die Eltern haben der Veröffentlichung zugestimmt. Mit einem Mausklick lässt sich das Bild vergrößern. Und nur einen Mausklick weiter kann der Kreis derer, die dem freudigen Ereignis mit entgegenfiebert haben, über die Geburt informiert und mit einem automatischen Link auf das Foto im Internet verwiesen werden – und das gleichzeitig an mehrere Empfänger. Und wenn Oma und Opa womöglich nicht über einen Internet-Zugang verfügen, lässt sich das Bild der süßen Enkelin oder des properen Enkels auch als Datei speichern oder ausdrucken.

Den Eltern bietet die Babygalerie einen zusätzlichen Service in den turbulenten Tagen rund um die Geburt. Profifotografen garantieren eine ausgezeichnete Qualität der Fotos.



Ärztliche Beratungsangebote

Fruchtwasseruntersuchung: Amniozentese

Die Fruchtwasseruntersuchung ist eine Methode zur Bestimmung der Chromosomen (Träger der Erbanlagen) des Ungeborenen. Dafür wird mit einer Hohlnadel – eine Art Spritze – über die Bauchdecke in die Gebärmutter und die Fruchtblase eingedrungen. Es wird Fruchtwasser entnommen und anschließend im Labor untersucht.

Die Untersuchung erfolgt auf Überweisung eines niedergelassenen Frauenarztes oder als Wahlleistung.

Doppler-Sonographie

Mit Hilfe dieser speziellen Ultraschalluntersuchung ist es möglich, den Blutdurchfluss sichtbar zu machen. Eingesetzt wird diese Untersuchung beispielsweise, wenn der Verdacht besteht, dass die Versorgung des Ungeborenen über die Plazenta nicht mehr ausreichend gewährleistet ist.

Die Untersuchung erfolgt auf Überweisung eines niedergelassenen Frauenarztes oder als Wahlleistung.

Differenzialsonographie zum Ausschluss einer Fehlbildung

Die Untersuchung erfolgt auf Überweisung eines niedergelassenen Frauenarztes oder als Wahlleistung.

Nicht invasives Ersttrimester-Screening

Die spezielle Untersuchung beinhaltet eine Ultraschalluntersuchung zur Messung der Nackenfalte in Kombination mit einem Bluttest und ist eine Risikoeinschätzung für eine Chromosomenabweichung.

Wahlleistung (Kosten: 90,00 €)

Das Team der Elternschule Sonnenschein



**Bärbel
Springer-
Mounir**

*Stillcafé
Beikost
Stillinfoabend*



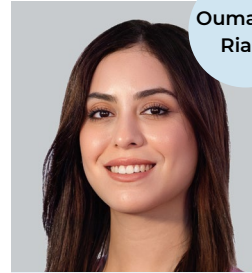
**Julia
Lübke**

Trageberatung



**Dorothea
König**

Geschwisterführerschein



**Oumaima
Riahi**

*Hebamme
Vor- und Nachsorge
Partnerkurs am
Wochenende*



**Gisoo
Dadvand**

*Hebamme
Nachsorge
Partnerkurs am
Wochenende*



**Canan
Kaya**

*Babymassage
Infoabend Wochenbett*



**Simone
Kopatz**

PEKIP



**Jeanette
Vauken**

*Babypflege
Großeltern-Kurs*



**Hannah
Ferdinand**

*Geburtsvorbereitungskurs
für Frauen und
in Einzelunterweisung*



**Mirko Vito
Murabito**

*Hebamme
Vor- und Nachsorge
Rückbildungsgymnastik*



Elternschule Sonnenschein

Anmeldung und Information

Büro: Mo. – Mi. 9 – 13 Uhr

Do. 9 – 12 Uhr

Tel. 0209 172-3564

sonnenschein@marienhospital.eu

Bitte melden Sie sich frühzeitig an!



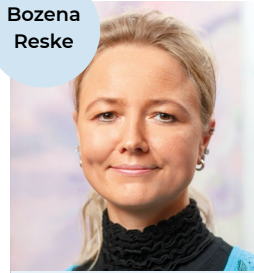
**Meryem
Salih**

*Hebamme
Hebammensprechstunde*



**Bozena
Badzinska**

*Hebamme
Nachsorge*



**Bozena
Reske**

*Hebamme
Nachsorge*



**Beata
Bakalarz**

*Hebamme
Nachsorge*



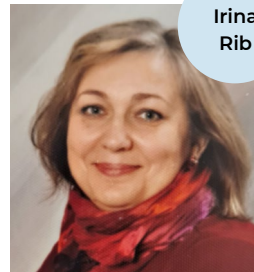
**Iva
Vani**

*Hebamme
Nachsorge*



**Ilona
Milewski**

*Hebamme
Nachsorge*



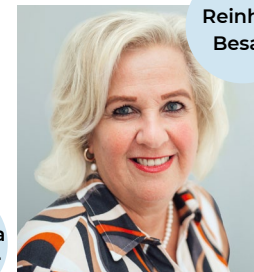
**Irina
Rib**

*Hebamme
Vor- und Nachsorge*



**Malgorzata
Brandtner**


*Hebamme
Vor- und Nachsorge*





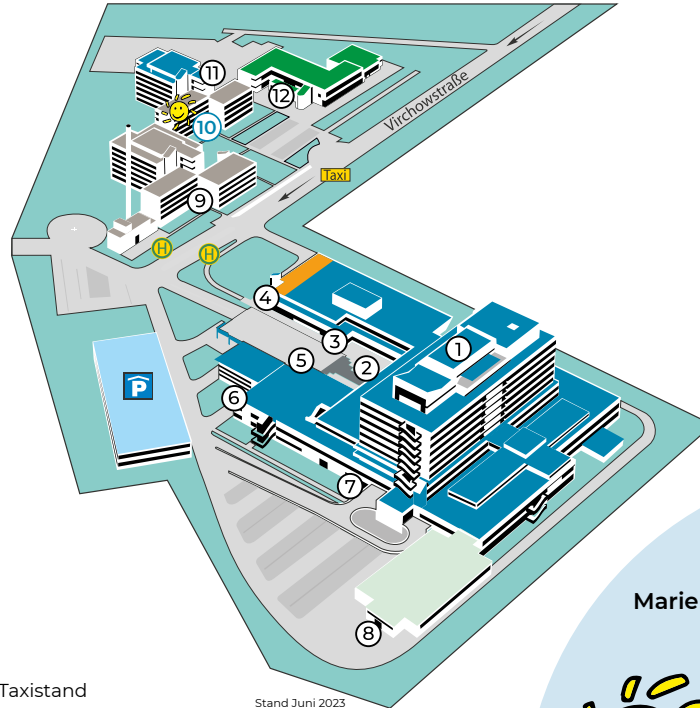
**Reinhild
Besan**

*Anmeldung
Information*

Wegweiser

- ① Krankenhaus
- ② Haupteingang
- ③ Kinderklinik
- ④ MVZ Kinderarztzentrum / katze
- ⑤ Kernspintomograph /
Mammographie-Screening
- ⑥ Orthopädie und Unfallchirurgie /
Kardiologie
- ⑦ Physikalische Therapie
- ⑧ Dialyse
- ⑨ Gebäude 1 / Verwaltung
- ⑩ Gebäude 2 /
 Elternschule Sonnenschein
- ⑪ Arche Noah
- ⑫ KBG GmbH

 Parkhaus  Bushaltestelle  Taxistand



Stand Juni 2023



**Perinatalzentrum
Gelsenkirchen**
Level 1

Marienhospital Gelsenkirchen GmbH

Elternschule „Sonnenschein“
Virchowstr. 120
45886 Gelsenkirchen



Bürozeiten:

Mo. – Mi. 9.00 – 13.00 Uhr

Do. 9.00 – 12.00 Uhr

Tel. 0209 172-3564

Fax 0209 172-2009

sonnenschein@marienhospital.eu

<https://marienhospital.eu>

Sie finden die Elternschule Sonnenschein im Gebäude 2 (Markierung 10) in der Virchowstraße 120.

Parkmöglichkeiten bietet Ihnen unser Parkhaus. Sie erreichen uns ebenfalls mit den Buslinien 388 und 389 (Haltepunkt Marienhospital Gelsenkirchen).