

HIRSLANDEN baby

VERANSTALTUNGEN, KURSE UND WEITERE ANGEBOTE

RUND 800 BABYS ERBLICKEN JÄHRLICH DAS LICHT DER WELT IN DER
KLINIK ST. ANNA. GEBURTSHILFE LEISTEN WIR HIER SEIT ÜBER 100 JAHREN.



INHALTSVERZEICHNIS

HERZLICH WILLKOMMEN	3
GEBURTSORT KLINIK ST. ANNA	4
INFOABEND FÜR WERDENDE ELTERN	5
HEBAMMENSPRECHSTUNDE	7
ANGEBOTE VOR DER GEBURT	
Geburtsvorbereitung für werdende Mütter/Eltern	8
Geburtsvorbereitung nach Mass	8
Säuglingspflegekurs	8
Schwangerschaftsgymnastik und Yoga	8
Akupunktur-Sprechstunde	9
Ambulante Stillberatung	9
Entspannung mit Schwingkissen	9
Einzelführungen und Vorgespräche	9
ANGEBOTE NACH DER GEBURT	
Grosselternkurs	10
Notfälle bei Kleinkindern	10
Rückbildungsgymnastik	10
SO FINDEN SIE UNS	11

HERZLICH WILLKOMMEN

LIEBE WERDENDE ELTERN, LIEBE LESERINNEN UND LESER

Die Geburt Ihres Kindes ist wahrlich ein Ereignis fürs Leben. Eines, für das nur die beste Umgebung gut genug ist: erstklassige ärztliche Betreuung, erfahrene Hebammen, engagierte Pflegende und ein Service, der keine Wünsche offenlässt.

Wir in der Klinik St. Anna setzen uns mit grossem Einfühlungsvermögen dafür ein, dass Sie als Eltern das ideale Umfeld finden, um Ihr Neugeborenes willkommen zu heissen und dass Sie als Familie einen möglichst unbeschwerten Start erleben.

Haben Sie Fragen oder wünschen Sie eine individuelle Beratung? Wir sind gerne für Sie da.

Herzliche Grüsse

Ihr Geburtsteam der Hirslanden Klinik St. Anna



GEBURTSORT KLINIK ST. ANNA

Mit der Wahl einer Ärztin oder eines Arztes aus der Fachgruppe Gynäkologie und Geburtshilfe haben Sie als werdende Eltern die Sicherheit einer persönlichen Begleitung und Betreuung durch einen erfahrenen Facharzt bis zur Geburt. Selbstverständlich können Sie Ihr Baby auch in der Klinik St. Anna zur Welt bringen, wenn Ihre Gynäkologin,

Ihr Gynäkologe Sie zur Geburt an eine Belegärztin oder einen Belegarzt der Klinik St. Anna überweist.

Alle an der Klinik St. Anna tätigen Fachärztinnen und Fachärzte für Gynäkologie und Geburtshilfe finden Sie auf www.hirslanden.ch/geburtswelt-stanna.



INFOABEND FÜR WERDENDE ELTERN

Gerne laden wir Sie ein, sich von den Annehmlichkeiten und der Unterstützung, die Ihnen die Klinik St. Anna bei der Geburt Ihres Kindes bietet, zu überzeugen. Am Geburtsinfoabend haben Sie im offenen Gespräch, beim Apéro oder beim Rundgang durch die Geburtsabteilung Gelegenheit, Ihre

Fragen und Anliegen mit den Fachleuten zu diskutieren.

Die Vorträge beginnen jeweils um 19 Uhr. Danach laden wir Sie gerne zu einem Apéro ein.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.



VORTRAGSDATEN UND ANMELDUNG

Die Daten für den Infoabend und die Anmeldeformulare finden Sie auf unserer Website www.hirslanden.ch/geburtswelt-stanna.ch





HEBAMMENSPRECHSTUNDE

Die Hebammensprechstunde ist dafür da, Sie in einer vertrauensvollen Atmosphäre in der Zeit vor der Geburt zu begleiten. Wir bieten Ihnen Schwangerschaftskontrollen im Wechsel mit der Gynäkologin oder dem Gynäkologen.

Unsere Hebammen beraten Sie persönlich und beantworten Ihre Fragen zur Schwangerschaft, zur Geburt und zum Wochenbett.

Ihre gewünschte geburtsvorbereitende Akupunktur führen wir gerne auch in der Hebammensprechstunde durch.

Die Sprechstunden finden im St. Anna im Bahnhof statt.

Terminvereinbarung unter
T +41 41 556 61 24



ANGEBOTE VOR DER GEBURT

GEBURTSVORBEREITUNG FÜR WERDENDE MÜTTER/ELTERN

Unsere Geburtsvorbereitungskurse tragen dazu bei, Sie auf die Geburt vorzubereiten sowie allfällige Unsicherheiten und Ängste abzubauen. Die kursleitende Hebamme informiert Sie auch über die Schwangerschaft und die Zeit danach. Wir empfehlen Ihnen den Besuch eines Geburtsvorbereitungskurses ab der 26. Schwangerschaftswoche.

- Abendkurs: 6 Lektionen à 105 Minuten, davon 3 Lektionen mit Partner
Kosten: 300 CHF
- Wochenendkurs: Freitagabend (Frauenabend) und Samstag ganzer Tag mit Partner (inkl. Mittagessen)
Kosten: 320 CHF

GEBURTSVORBEREITUNG NACH MASS

Bei diesem Kurs erhalten Sie ein einzelnes betreutes persönliches Geburtsvorbereitungstraining durch eine Hebamme, bestehend aus zwei Lektionen. Ihr Partner darf gerne mit dabei sein. Wir empfehlen Ihnen den Besuch eines Geburtsvorbereitungskurses ab der 26. Schwangerschaftswoche.

2 Lektionen à 60 Minuten
Kosten: 300 CHF

SÄUGLINGSPFLEGEKURS

Erwarten Sie ein Kind und sind noch unsicher, was die neue Zeit alles mit sich bringen wird? Im Säuglingspflegekurs werden Themen wie Wochenbett und Stillen, Wickeln und Baden, Beruhigungsmöglichkeiten sowie die Entwicklung im ersten Lebensjahr besprochen. Der Kurs richtet sich an werdende Eltern ab dem 4. Schwangerschaftsmonat.

Samstagskurse von 9.30 bis 15 Uhr (inkl. Mittagessen)
Kosten: Paare 140 CHF/
Einzelperson 100 CHF

SCHWANGERSCHAFTSGYMNASTIK UND YOGA

Fit für die Geburt: Schwangerschaftsgymnastik entspannt Ihren Körper und Geist und bereitet Sie optimal auf das Geburtserlebnis vor. Der Kurs beinhaltet Themen wie Stärkung des Körpergefühls, Bewegungs- und Entspannungsübungen sowie Atemübungen und Körpertraining. Dieser Kurs ist eine ideale Ergänzung zu allen Geburtsvorbereitungskursen.

8 Lektionen à 50 Minuten
Kosten: 240 CHF

AKUPUNKTUR-SPRECHSTUNDE

Akupunktur hat sich als eine wertvolle Heilmethode bewährt und wird während der Schwangerschaft, der Geburt und im Wochenbett angewendet. Sie soll als Ergänzung und Bereicherung der Schulmedizin verstanden werden. Es behandeln Sie Hebammen mit Zusatzausbildung in Akupunktur.

Pro Konsultation

Kosten: 60 CHF

Anmeldung unter **T +41 41 208 31 82**

AMBULANTE STILLBERATUNG

Wir beraten Sie vor der Geburt, während der Stillzeit und bis zum Abstillen. Unsere Stillberaterinnen beantworten Ihre Fragen zum Stillen und zeigen Ihnen Lösungsmöglichkeiten bei Schwierigkeiten oder auch, wenn Sie nicht stillen möchten, auf.

Anmeldung unter **T +41 41 208 34 74**

ENTSPANNUNG MIT SCHWINGKISSEN

Schmerzt Ihr Rücken oder spannt Ihr Kreuz? Dann probieren Sie unser Schwingkissen. Dieses trägt zur Entspannung der Becken- und Rückenmuskulatur bei und mobilisiert sanft Ihre Gelenke.

25 Minuten

Kosten: 60 CHF

Anmeldung PhysioART Klinik:

T +41 41 208 35 71

Anmeldung Physiotherapie St. Anna
im Bahnhof: **T +41 41 556 61 16**

EINZELFÜHRUNGEN UND VORGESPRÄCHE

Gerne stellen Ihnen unsere Hebammen die Räumlichkeiten der Gebärdabteilung vor und klären Ihre Fragen in einem Vorgespräch.

Anmeldung unter **T +41 41 208 31 82**

ANGEBOTE NACH DER GEBURT

GROSSELTERNKURS

Sie werden bald Grossmutter oder Grossvater und fragen sich, was wohl alles auf Sie zukommt? Wir geben Ihnen Tipps und Tricks zum Thema Säuglings- und Kinderpflege, Ernährung, Notfallsituationen und vieles mehr. Wir zeigen auf, was sich über die letzten Jahrzehnte alles verändert hat.

Samstagskurse von 9 bis 13 Uhr
(mit kleiner Verpflegung)
Kosten: Paare 120 CHF/
Einzelperson 90 CHF

NOTFÄLLE BEI KLEINKINDERN

Haben Sie Kinder oder Enkelkinder im Kleinkindalter und möchten gerne Sicherheit im Umgang mit Notfallsituationen erlangen? Im Kurs «Notfälle bei Kleinkindern» werden Themen wie Zahnunfälle, Blutstillung, Verbrühungen, Asthma, Vergiftungen, Schädelverletzungen, Fieberkrampf, Pseudokrapp oder die Rettungskette inklusive Reanimation besprochen. Der Kurs richtet sich an Eltern und Bezugspersonen von Kindern im Alter von 0 bis 6 Jahren.

Samstagskurse von 9 bis 16 Uhr
(mit Mittagessen)
Kosten: Paare 180 CHF/
Einzelperson 120 CHF

RÜCKBILDUNGSGYMNASTIK

Der Kurs Rückbildungsgymnastik thematisiert die schonende Kräftigung der Beckenboden-, Bauch- und Rückenmuskulatur, den Konditionsaufbau, die Wahrnehmungsschulung und ermöglicht den Austausch mit anderen Müttern. Der Kurseinstieg ist zwölf Wochen nach der Geburt möglich. Anschliessend besteht die Möglichkeit, einen weiterführenden Kurs zu besuchen. Unsere Physiotherapeutinnen geben Ihnen gerne nähere Informationen während Ihres Klinikaufenthalts. In dieser Zeit haben Sie Gelegenheit, das Angebot der Wochenbettgymnastik zu nutzen.

8 Lektionen à 50 Minuten
Kosten: 240 CHF

KURSDATEN UND ANMELDUNG

Alle Kursdaten und die Anmeldeformulare finden Sie auf unserer Website www.hirslanden.ch/geburtswelt-stanna



Anhand der Leistungsübersichtstabelle Ihrer Krankenversicherung erfahren Sie die Höhe der Beiträge, die Ihnen an die Auslagen für diese Kurse vergütet werden. Bei Unklarheiten empfehlen wir Ihnen, telefonisch bei der Versicherung nachzufragen.

SO FINDEN SIE UNS

ÖFFENTLICHE VERKEHRSMITTEL

- Bahn bis Luzern Hauptbahnhof
- Bus Nr. 14 Richtung Brüelstrasse bis Haltestelle «Klinik St. Anna»

BESUCHERPARKPLÄTZE

Alle Zufahrtsstrassen sind ab Autobahnausfahrt Luzern City signalisiert. Im klinikeigenen Parkhaus steht eine begrenzte Anzahl gebührenpflichtiger Parkplätze zur Verfügung.

KLINIK ST. ANNA

ST. ANNA-STRASSE 32

6006 LUZERN

T +41 41 208 32 32

KLINIK-STANNA@HIRSLANDEN.CH

WWW.HIRSLANDEN.CH/STANNA



KOMPETENZ, DIE VERTRAUEN SCHAFFT.

IHRE GESUNDHEIT STEHT BEI UNS IM MITTELPUNKT. DAFÜR SETZEN WIR UNS TÄGLICH EIN. ALS GRÖSSTES MEDIZINISCHES NETZWERK DER SCHWEIZ SIND WIR FÜHREND IN DER SPEZIALÄRZTLICHEN MEDIZIN, RADIOLOGIE UND DIAGNOSTIK.

MIT UNSEREN KLINIKEN, NOTFALLSTATIONEN, AMBULANTEN OPERATIONSZENTREN SOWIE UNSEREN RADIOLOGIE- UND RADIOTHERAPIEINSTITUTEN SIND WIR IMMER FÜR SIE DA.

UNSERE GEBURTSKLINIKEN



WWW.HIRSLANDEN.CH/GEBURTSKLINIKEN

BERATUNG UND INFORMATION
HIRSLANDEN HEALTHLINE 0848 333 999

FOLGEN SIE UNS AUF



**GEBURTSHILFLICHE UND GYNÄKO-
LOGISCHE NOTFÄLLE/FRAGEN**
T +41 41 208 32 33

KLINIK ST. ANNA
ST. ANNA-STRASSE 32
6006 LUZERN
T +41 41 208 32 32
KLINIK-STANNA@HIRSLANDEN.CH

WWW.HIRSLANDEN.CH/STANNA
WWW.HIRSLANDENBABY.CH

GEBÄRSAAL
T +41 41 208 31 82

UNTER DIESEN NUMMERN
ERREICHEN SIE UNSERE
FACHPERSONEN TAG FÜR
TAG, RUND UM DIE UHR.