

**Kantonsspital
Baselland**
ganz nah

SCHWANGERSCHAFT UND GEBURT

Unser Angebot 2020



Frauenklinik Baselland
Rheinstrasse 26, 4410 Liestal

Liebe werdende Eltern

Die Frauenklinik Baselland bietet Ihnen vor und nach der Geburt ein umfangreiches Angebot und Kursspektrum an. Die Kurse werden von erfahrenen Hebammen der Frauenklinik und die Rückbildungsgymnastik von Physiotherapeutinnen geleitet. Verschaffen Sie sich mit dieser Broschüre einen Überblick!

Detaillierte Informationen und Online Anmeldemöglichkeiten finden Sie auch auf der Homepage unter **www.ksbl.ch/veranstaltungen**.

Für die Kurse können Sie sich unter **hebammen@ksbl.ch** oder telefonisch bei unseren Hebammen unter **T +41 (0)61 925 22 80** anmelden.

Wird die minimale Teilnehmerzahl eines Kurses nicht erreicht, suchen wir gerne eine Alternative für Sie.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
Frauenklinik Kantonsspital Baselland

Unser Angebot

STANDORT LIESTAL

Akupunktur in der Schwangerschaft

Geburtsvorbereitende Akupunktur ab der 36. Schwangerschaftswoche

Zeit: Termin auf Anfrage
Ort: Geburtenabteilung, Standort Liestal
Kosten: CHF 60.– pro Sitzung à 30 Minuten

Akupunktur bei Schwangerschaftsbeschwerden

Zeit: Termin auf Anfrage
Ort: Geburtenabteilung, Standort Liestal
Kosten: CHF 80.– pro Sitzung à 45 Minuten
inkl. Beratungsgespräch

Akupunktur/Moxa bei Steisslage/Beckenendlage

Zeit: Termin auf Anfrage
Ort: Geburtenabteilung, Standort Liestal
Kosten: CHF 40.– pro Sitzung à 30 Minuten

Hebammen-Sprechstunde/

Antenatal consultation with a midwife

Schwangerschaftskontrolle durch eine Hebamme. Sie nimmt sich Zeit für Ihre Fragen und Anliegen auch auf Englisch.

Anmeldung und weitere Angebote

Hebammen unter T +41 (0)61 925 22 80 oder
hebammen@ksbl.ch

GEBURTSVORBEREITUNGSKURSE

Themen unserer Geburtsvorbereitungskurse sind Schwangerschaft, Geburtsverlauf, Wochenbett und Stillen. Wir bieten **Frauenkurse mit Paarabenden, Wochenendkurse** sowie **Crashkurse** an.

Frauenkurse

6 Abende à 2 Stunden, davon 2 mit Partner

Zeit: jeweils Donnerstag von 19.15 bis 21.15 Uhr
Ort: Raum Feldsäge, Standort Liestal
Kosten: CHF 260.–
Gruppengrösse: maximal 8 Frauen

Kursnummer	Kurstermine
Li-1	11. März bis 15. April 2020, Partnerabende: 25. März/1. April
Li-2	8. Juli bis 12. August 2020 Partnerabende: 22./29. Juli
Li-3	14. Oktober bis 18. November 2020 Partnerabende: 28. Oktober/4. November

Wochenendkurse

Samstage für die Frauen, Sonntage mit Partnern

Zeit: Samstage von 10.00 bis 12.00 Uhr
Sonntage von 13.00 bis 15.00 Uhr
Ort: Raum Feldsäge, Standort Liestal
Kosten: CHF 260.–

Kursnummer	Kurstermine
Li-4	11./12. Januar 2020
Li-5	20./21. Juni 2020

Crashkurse

1 Samstag à 4 Stunden

Zeit: jeweils Samstag von 8.30 bis 12.30 Uhr
Ort: Raum Feldsäge, Standort Liestal
Kosten: für Frauen alleine CHF 100.-
für Paare oder Frauen mit Begleitperson CHF 170.-

Kursnummer	Kurstermine
Li-6	22. Februar 2020
Li-7	9. Mai 2020
Li-8	6. Juni 2020
Li-9	22. August 2020
Li-10	19. September 2020
Li-11	7. November 2020
Li-12	5. Dezember 2020

Anmeldung Geburtsvorbereitungskurse

Hebammen unter T +41 (0)61 925 22 80 oder
hebammen@ksbl.ch

Online Anmeldeformular:

www.ksbl.ch/veranstaltungen

Stillambulatorium

Haben Sie Fragen rund um das Thema Stillen? Kompetente Stillberaterinnen IBCLC helfen weiter und beraten Sie gerne persönlich und diskret. 3 Stillberatungen werden von der Krankenkasse (Grundversicherung) bezahlt.

Zeit: jeweils Montag & Freitag von 8.00 bis 16.00 Uhr
Mittwochnachmittag 14.00 bis 16.00 Uhr
nach Vereinbarung T +41 (0)61 925 22 83
Ort: Stillambulatorium 4. Stock, Standort Liestal

Stillnotfall? täglich, 24 Std./7 Tage T +41 (0)61 925 29 40

Rückbildung

RÜCKBILDUNGSGYMNASTIK IN LIESTAL

Die gezielten Übungen unterstützen den natürlichen Rückbildungsprozess und das Körperbewusstsein. Sie dienen der Kräftigung der Bauch- und Beckenbodenmuskulatur sowie der Inkontinenz- (Harnverlust) und Senkungsprophylaxe.

Angebot der Physiotherapie: 8 Abende à 1 Stunde

Die Kurse finden 6 bis 10 Wochen nach der Geburt statt und werden direkt von der Physiotherapie angeboten.

Zeit:	jeweils Dienstag von 18.00 bis 19.00 Uhr oder 19.00 bis 20.00 Uhr Während den Schulferien (BL) findet kein Kurs statt, ausser in den Sommerferien nach Absprache mit der Kursleitung.
Ort:	Turnsaal Physiotherapie, 1. Untergeschoss, Standort Liestal
Kosten:	CHF 192.–
Gruppengrösse:	4 bis 6 Frauen, Einstieg in laufenden Kurs möglich

Anmeldung Rückbildungsgymnastik

Physiotherapie unter T +41 (0)61 925 26 60 oder
physiotherapie.liestal@ksbl.ch



UNSER ANGEBOT AUF EINEN BLICK

- **Akupunktur in der Schwangerschaft**
- **Hebammen-Sprechstunde/
Antenatal consultation with a midwife**
- **Geburtsvorbereitungskurse**
 - Frauenkurs
 - Wochenendkurse
 - Crashkurs
- **Stillambulatorium**
- **Rückbildungsgymnastik in Liestal**
- **Rückbildungsgymnastik
mit oder ohne Baby in Laufen**

RÜCKBILDUNGSGYMNASTIK MIT ODER OHNE BABY IN LAUFEN

Die gezielten Übungen unterstützen den natürlichen Rückbildungsprozess und das Körperbewusstsein. Sie dienen der Kräftigung der Bauch- und Beckenbodenmuskulatur sowie der Inkontinenz- (Harnverlust) und Senkungsprophylaxe. Ihr Baby ist herzlich willkommen!

Angebot der Physiotherapie: 8 Morgen à 1 Stunde

Die Kurse finden 6 bis 10 Wochen nach der Geburt statt und werden direkt von der Physiotherapie angeboten.

Zeit:	jeweils Dienstag von 10.00 Uhr bis 11.00 Uhr
Ort:	Physiotherapie Standort Laufen (Lochbruggstrasse 39)
Kosten:	CHF 192.–
Gruppengrösse:	4 bis 6 Frauen plus Babys, Einstieg in laufenden Kurs möglich

Anmeldung Rückbildungsgymnastik

Physiotherapie unter T +41 (0)61 400 84 08 oder
physiotherapie.laufen@ksbl.ch

Kantonsspital Baselland

Frauenklinik Baselland

HEBAMMEN

Rheinstrasse 26

CH-4410 Liestal

T +41 (0)61 925 22 80

F +41 (0)61 925 28 09

hebammen@ksbl.ch

www.ksbl.ch/frauenklinik

www.ksbl.ch/veranstaltungen