

Kantonsspital  
Baselland  
ganz nah

SCHWANGERSCHAFT UND GEBURT

# Unser Angebot 2017



# 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 finden Sie auch auf der Homepage unter **[www.ksbl.ch/veranstaltungen](http://www.ksbl.ch/veranstaltungen)**.

Für die Kurse können Sie sich unter **hebammen@ksbl.ch** oder telefonisch bei unseren Hebammen unter Tel. **061 925 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 40.– pro Sitzung à 30 Minuten

Akupunktur bei Schwangerschaftsbeschwerden

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

---

### **Hebammen-Sprechstunde/ Antenatal consultation with a midwife**

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

---

### **Anmeldung bzw. weitere Angebote auf Anfrage**

Hebammen unter Tel. 061 925 22 80 oder  
hebammen@ksbl.ch

# GEBURTSVORBEREITUNGSKURSE

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

---

## Frauenkurs

6 Abende à 2 Stunden, davon 2 mit Partner

Zeit: jeweils Mittwoch von 19.00 bis 21.00 Uhr  
Ort: Raum Feldsäge, Standort Liestal  
Kosten: CHF 260.–  
Gruppengrösse: maximal 8 Frauen

---

Kursnummer	Kursdauer
Li-1	1. Februar bis 8. März 2017
Li-2	12. April bis 17. Mai 2017
Li-3	21. Juni bis 26. Juli 2017
Li-4	30. August bis 4. Oktober 2017
Li-5	8. November bis 13. Dezember 2017

---

## Paarkurs

6 Abende à 2 Stunden

Zeit: jeweils Dienstag von 19.00 bis 21.00 Uhr  
Ort: Raum Feldsäge, Standort Liestal  
Kosten: CHF 320.– pro Paar  
Gruppengrösse: maximal 6 Paare

---

Kursnummer	Kursdauer
Li-6	10. Januar bis 14. Februar 2017
Li-7	2. Mai bis 6. Juni 2017
Li-8	8. August bis 12. September 2017
Li-9	17. Oktober bis 21. November 2017

---

## **Crashkurs**

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.–

---

<b>Kursnummer</b>	<b>Kurstermine</b>
Li-10	28. Januar 2017
Li-11	11. März 2017
Li-12	29. April 2017
Li-13	10. Juni 2017
Li-14	8. Juli 2017
Li-15	19. August 2017
Li-16	23. September 2017
Li-17	4. November 2017
Li-18	9. Dezember 2017

---

## **Anmeldung Geburtsvorbereitungskurse**

Hebammen unter Tel. 061 925 22 80 oder  
hebammen@ksbl.ch

# Rückbildung

STANDORT LIESTAL

## RÜCKBILDUNGSGYMNASTIK

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
Ort:	Turnsaal Physiotherapie, Untergeschoss, Standort Liestal
Kosten:	CHF 192.-
Gruppengrösse:	4 bis 6 Frauen, laufender Einstieg in bestehende Gruppe möglich

---

### **Anmeldung Rückbildungsgymnastik**

Physiotherapie unter Tel. 061 925 26 60 oder  
physiotherapie.liestal@ksbl.ch

# Rückbildung

## STANDORT LAUFEN

### RÜCKBILDUNGSGYMNASTIK

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 Mittwoch von 19.00 bis 20.00 Uhr
Ort:	Turnsaal Physiotherapie, Untergeschoss, Standort Laufen (Lochbruggstrasse 39)
Kosten:	CHF 192.–
Gruppengrösse:	auf Anfrage

---

#### **Anmeldung Rückbildungsgymnastik**

Physiotherapie unter Tel. 061 400 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](http://www.ksbl.ch/frauenklinik)

[www.ksbl.ch/veranstaltungen](http://www.ksbl.ch/veranstaltungen)