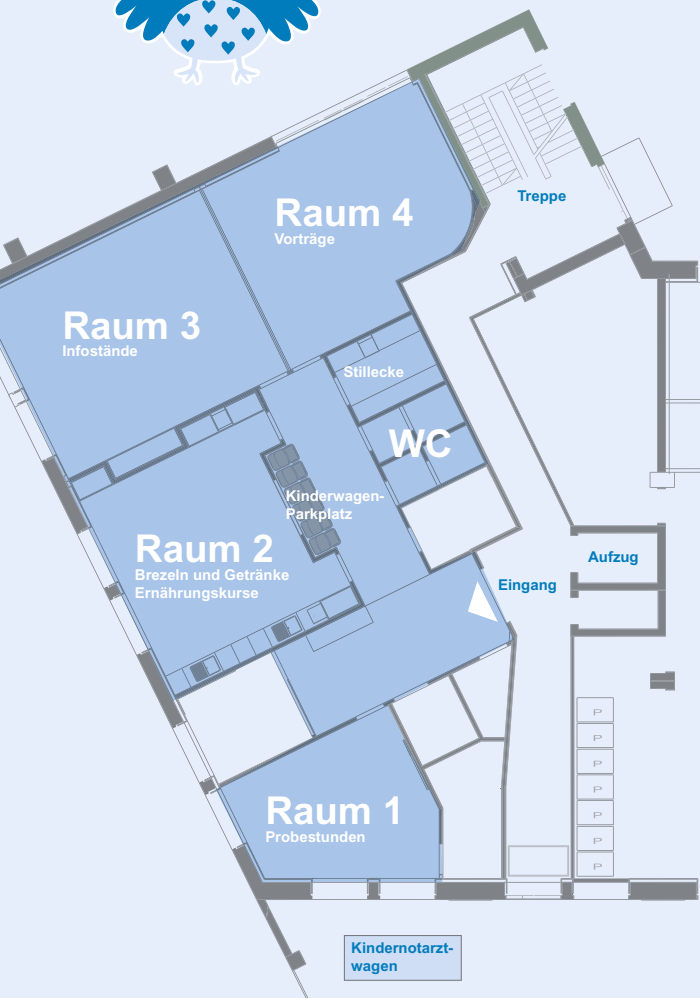




15 Jahre Elternschule Speyer Tag der offenen Tür



Unsere Kurse finden Sie unter:
www.elternschule-speyer.de



©Pixel-Shot – stock.adobe.com



Elternschule Speyer



Tag der offenen Tür Samstag, 21. März 2026, 10 bis 15 Uhr

Elternschule Speyer,
St.-German-Straße 9a, Speyer



**Diakonissen-Stiftungs-
Krankenhaus Speyer**

Akademisches Lehrkrankenhaus
der Medizinischen Fakultät Mannheim
der Universität Heidelberg

Paul-Egell-Straße 33
67346 Speyer
Telefon 06232 22-1401
krankenhaus-sp@diakonissen.de
www.diakonissen.de

Elternschule Speyer
St.-German-Straße 9a
67346 Speyer
Telefon 06232 98090-50
elternschule-sp@diakonissen.de



**Diakonissen-Stiftungs-
Krankenhaus Speyer**



Liebe Familien,

seit 15 Jahren dürfen wir Sie mit Herz, Fachwissen und Erfahrung auf Ihrem Weg begleiten – von der Schwangerschaft über die Geburt bis in die spannende Zeit des Elternseins und des Kleinkindalters. Das macht uns sehr glücklich und ist für uns ein echter Grund zum Feiern! Natürlich geht das nur mit Ihnen richtig gut: Deshalb laden wir Sie ganz herzlich für **Samstag, 21. März, 10 bis 15 Uhr**, zum **Tag der offenen Tür** in unsere **Elternschule** in der **St.-German-Straße 9a in Speyer** ein.

Erleben Sie unsere Elternschule mit einem ganz besonderen Programm für die gesamte Familie. Schnuppern Sie bei einer Probestunde in unser umfassendes Kursangebot hinein, vom Beckenbodentraining über Tanz bis zur Massage. Informieren Sie sich über gesunde Kost für Ihr Baby oder lassen sich bei einer Handmassage selbst ein bisschen verwöhnen.

Besuchen Sie die zahlreichen Infostände mit praxisnahen Tipps für Ihr Leben als junge Eltern. Oder vertiefen Sie Ihr Wissen bei einem der interessanten und gut verständlichen Vorträge unserer Expertinnen und Experten. Natürlich ist auch für Ihre Kinder einiges geboten, so dass bestimmt keine Langeweile aufkommt. Stattdessen Sie dem Kindernotarztwagen einen Besuch ab, der beim Tag der offenen Tür bei uns Station macht. Oder lassen Sie sich einfach überraschen.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Das Team der Elternschule Speyer



Raum 1 | Erleben und ausprobieren

10.30–10.50 Uhr	AbenteuerKinderWelt Karin Brugger, Tanzpädagogin, AbenteuerKinderWelt Kursleiterin
11.00–11.20 Uhr	Beckenbodenkurs nach Postura-Methode Emily Hill, Beckenbodentrainerin
11.30–11.50 Uhr	babySignal Anita Schwab, babySignal Kursleiterin
12.00–12.20 Uhr	Pilates vor, während und nach der Schwangerschaft Ewa Romeijn, Physiotherapeutin, Pilates- & Faszien- und Rückenschul-trainerin
12.30–12.50 Uhr	BELA Nicola Meyer, zertifizierte BELA-Gruppenleiterin, verantwortlich für Konzept, Entwicklung und Ausbildung von BELA
13.00–13.20 Uhr	Massage Selbstanleitung Thalia Ripphausen, zertifiziert für Schwangerschafts- und postpartale Massage, Simone Fritsch, Hebamme, zertifiziert für Schwangerschaftsmassage
13.30–13.50 Uhr	Übungen mit Brazils Irina Brodt und Martina Köhler, Hebammen
14.00–14.20 Uhr	Übungen mit Pilates-Bällen Irina Brodt und Martina Köhler, Hebammen

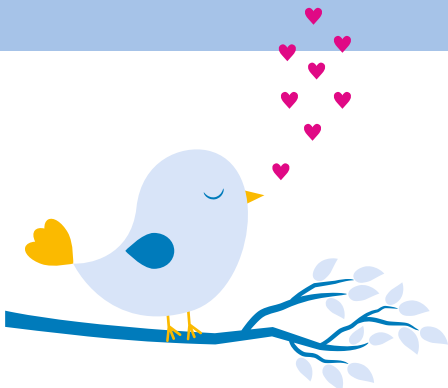
Raum 2 | Brezeln und Getränke und Infostände zum Thema Ernährung

- **Stand mit Brezeln und Getränken**
- **Infostand Baby-Led-Weaning-Beikost ohne Brei**
Jessica Niekum, Erzieherin und Fachkraft für Kinder unter drei Jahren, Fachkraft für Baby Led Weaning, Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin
- **Infostand: Projekt Familienkarte**
- **Handmassagen**
Simone Fritsch, Hebamme zertifiziert für Schwangerenmassage
Thalia Ripphausen, zertifiziert für Schwangerschafts- und postpartale Massage



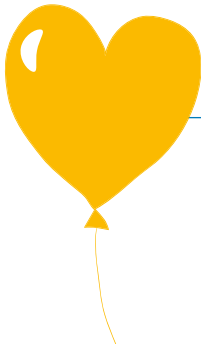
Raum 3 | Infostände zum Thema vor der Geburt, nach der Geburt und Kleinkind

- **Hebammen stellen die Geburtsvorbereitung und Rückbildungskurse vor**
- **Mitmach-Stand: Wickeln und Entdecken –**
Fit für das Baby als Eltern, Geschwister oder Großeltern
- **Trageberatung:**
Vorstellung verschiedenen Tragemöglichkeiten, Kinder können Tragetücher ausprobieren, Kuscheltiere und Puppen tragen lernen
- **Infostände zur frühkindlichen Bildung**
wie z.B. AbenteuerKinderWelt, babySignal, Babys in Bewegung, BELA mit Mitmachaktion/ Bastelaktion, Farborgel – Ostereier färben
- **Infostand Schwimmhilfen:**
Was ist das Richtige für mein Kind?
- **fitdankBaby stellt sich vor –**
das Sportprogramm in der Schwangerschaft, nach der Rückbildung sowie Aquafitness für Babys



Raum 4 | Vorträge

10.15–10.35 Uhr	Beckenboden verstehen. Funktion, Kraft und Balance Emily Hill, Beckenbodentrainerin
11.00–11.40 Uhr	Fieber im ersten Lebensjahr – wann handeln, wann beruhigt abwarten? Dr. Hans-Jürgen Gausepohl, Chefarzt für Kinder- und Jugendmedizin, Diakonissen-Stiftungs-Krankenhaus Speyer
12.15–12.35 Uhr	Babyschwimmen – und dann? Ines Lause-Hassel, Schwimmtrainerin für Eltern und Kinder
13.15–13.35 Uhr	Verstehen, bevor Worte kommen. Die Kraft der Dunstan-Babysprache und babySignal Anita Schwab, babySignal Kursleiterin
14.15–14.35 Uhr	Windelfrei – mehr als nur ohne Windel Julia Stoltz, Doula & artgerecht®-Coach



Parkplatz vor der Elternschule

- **Kindernotarztwagen**