

Fit für's Baby 2025



Sozialdienst kath. Frauen Do-Hörde e.V.

Schwangerschaftsberatung Hamm

Weststraße 30

59065 Hamm

Tel: 02381 / 49 55 50



Das Projekt „Fit für´s Baby“

Eine Schwangerschaft und die Geburt eines Kindes bedeuten einen großen Einschnitt im Leben. Sie bringen viele körperliche, emotionale, psychologische und soziale Veränderungen mit sich. Oft tauchen Fragen auf wie:

Schaffe ich das? Was kommt auf mich – auf uns- zu?

Wie kann der Alltag mit einem Baby gelingen?

Welche finanziellen Hilfen gibt es?

Welche Anträge und Behördengänge stehen an?

Diese und viele weitere Themen beschäftigen Frauen und Paare, die unsere Schwangerschaftsberatung aufsuchen. Besonders Frauen aus sozial benachteiligten, bildungsfernen Familien nehmen nur selten an vorbereitenden oder begleitenden Angeboten während der Schwangerschaft oder nach der Geburt teil. Sprachbarrieren, finanzielle Sorgen und fehlende soziale Netzwerke verstärken diese Situation zusätzlich.

Genau hier setzt das Projekt „Fit für´s Baby“ an. Ziel ist es, Frauen zu erreichen, die sozial benachteiligt sind, über wenig soziale Bindungen verfügen oder große Hemmschwellen und Ängste gegenüber dem deutschen Gesundheits- und Behördensystem haben. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf der präventiven Arbeit mit Frauen südosteuropäischer Herkunft.

Die Angebote von „Fit für´s Baby“ sind bewusst niedrigschwellig, kostenlos und alltagsnah gestaltet. Die Kurse finden in den vertrauten Räumen unserer Beratungsstelle statt. Kleine Gruppengrößen schaffen eine geschützte Atmosphäre, in der Vertrauen wachsen kann. Der Einsatz von Sprachmittlerinnen ermöglicht bei Bedarf eine direkte Übersetzung in die Muttersprache.

Die Kurse verstehen sich als Ergänzung zu unserem Beratungsangebot.

Das konkrete Angebot

Unser Angebot der Geburtsvorbereitung konnte 2025 leider durch längerfristigen Ausfall unserer Hebamme nicht stattfinden.

Das Angebot **„Erste Hilfe am Baby / Kleinkind“**, das sich konkret mit typischen Gefährdungssituationen im Alltag beschäftigt, wurde aufgrund großen Interesses weitergeführt. Die Teilnehmenden konnten die Maßnahmen praxisnah an einer Babypuppe üben. Angeleitet wurde der Kurs von einer Fachkraft des Deutschen Roten Kreuzes.

Folgende Themen wurden aufgegriffen:

Die Besonderheiten der kindlichen Psyche: Reaktionen eines Kindes in Notfallsituationen z. B. Apathie, Schreien, Schmerzen verschweigen

Betreuungsmaßnahmen wie Kuscheltier, Wärmedecke, Kommunikation

Blutende Wunden: Versorgung mit Druckverband, Kreislauf beobachten

Verschiedene Verletzungen: Verbrennungen, Gelenk-, Knochenverletzungen, Vergiftungen, Atemwegsprobleme

Erste-Hilfe-Maßnahmen bei Bewusstseinsstörungen und Kreislaufstillstand: Schocklagerung, Atemwegskontrolle, bei Atemstillstand Reanimation von Säuglingen und Kleinkindern

Die Rückmeldungen der Teilnehmenden waren durchweg positiv, insbesondere weil die Übungen sehr konkret am Alltag mit einem Baby bzw. Kleinkind orientiert waren.

Am Ende des Kurses erhielten die Teilnehmenden ein Zertifikat, das den Frauen besonders wichtig war und als wertschätzend empfunden wurde. Zudem bestand die Möglichkeit für junge Mütter, ihr Baby zum Kurs mitzubringen, da die Zeitdauer von zwei Stunden gut überschaubar war.

Die Kurse wurden bewusst in einem kleineren Rahmen angeboten, um den Frauen mit Migrationshintergrund und noch geringen Deutschkenntnissen die Möglichkeit für Rückfragen zu jeder Zeit zu geben und auch die Mitnahme ihrer Kinder zu ermöglichen.

Neues Angebot „Verhütungsmethoden verstehen und eigenverantwortlich entscheiden“ in einem Frauentreff südosteuropäischer Frauen

Dieses Angebot entstand aus der langjährigen Zusammenarbeit mit dem Projekt „Schlüsselfiguren, Peer2peer Südosteuropa“, einer Kooperation von dem KSD und der Stadt Hamm.

Es hat das Anliegen, die Frauen aus südosteuropäischen Herkunftsländern über den Fokus von Schwangerschaft und Geburt hinausschauend in leichter Sprache über die grundlegenden Verhütungsmethoden im Rahmen einer Familienplanung zu informieren. Den Frauen soll damit eine eigenverantwortliche Entscheidung auf dem Hintergrund ihrer Lebenssituation und ihrer Werte erleichtert werden.

Bei vielen der betroffenen Frauen ist der Zugang zu Informationen über Verhütungsmethoden oft eingeschränkt, da bestehende Angebote nicht immer verständlich und niedrigschwellig gestaltet sind. Gegenüber Gynäkolog*innen bestehen oft Hemmungen sich zu informieren. Auch die Inanspruchnahme von Beratungsstellen ist bei den Frauen häufig ungewohnt, oft verschärft durch Sprachbarrieren.

Im Rahmen eines moderierten Frauentreffs wurden:

- grundlegende Kenntnisse zu verschiedenen Verhütungsmethoden vorgestellt. Dazu wurden die konkreten Verhütungsmittel in die Runde der Teilnehmenden gegeben.
- bestehende Fragen und Unsicherheiten thematisiert
- der Austausch in einem geschützten Raum ermöglicht.

Begleitende Personen aus dem Projekt „Peer2peer“ übersetzten bei Bedarf in die bulgarische Muttersprache.

Die bulgarischen Frauen bedankten sich sehr für das Angebot und baten um eine Fortführung des Angebotes im Rahmen von Frauengesundheit.

Öffentlichkeitsarbeit

Die Flyer und Poster in einfach verständlicher Sprache wurden an alle Kindertageseinrichtungen, Spielgruppenangebote, Stellen allgemeiner Sozialberatung, Stadtteilzentren, dem Jobcenter, Gynäkologen/innen und Migrationsberatungsstellen, sowie weiteren Stellen innerhalb des Netzwerkes Früher Hilfen Hamm versendet oder persönlich übergeben.

Frau Klöpfer integrierte die Bekanntmachung des Projektes in Ihren Außensprechstunden in den kooperierenden Familienzentren und vereinbarte teils direkt Termine für die interessierten Mütter/Eltern.

Durch die langjährige Zusammenarbeit mit dem Projekt „Schlüsselfiguren, Peer2peer Südosteuropa“, Kooperation der Stadt Hamm und des KSD, welches die Integration bulgarischer und rumänischer Gemeinschaften fördern soll, konnten wir die Kursangebote gezielt anbieten. Die Frauen, die die Funktion der Schlüsselfiguren haben, stellten sich uns als Sprachmittlerinnen zur Verfügung.

Ausblick

Das Projekt „Fit fürs Baby“ trägt der wachsenden kulturellen Vielfalt in unserem Land Rechnung. Gesellschaftlich werden die Diversität und Inklusion weiterhin ein zentrales Thema sein. Sprachbarrieren, kulturelle Unterschiede und möglicherweise auch Vorurteile oder Nichtwissen gegenüber dem Gesundheitssystem können Hürden darstellen. Um die Frauen zu erreichen ist es uns wichtig, die Kurse in einer einladenden respektvollen Atmosphäre stattfinden zu lassen. Durch die überschaubare Größe der Kurse, das konkrete Anschauungsmaterial und das gemeinsame Tun werden Vorurteile abgebaut und Informationen vermittelt. Die positiven Rückmeldungen zu den Kursen der Ersten Hilfe am Baby / Kleinkind bestärken uns darin, an diesen Inhalten festzuhalten.

Dank

Wir danken der Stadt Hamm für die finanzielle Unterstützung unseres Projektes. Besonders das zur Verfügung stehende Öffentlichkeitsmaterial ist uns eine große Hilfe, unser Projekt bei den kooperierenden Institutionen präsent zu halten. Wir machen immer häufiger die Erfahrung, dass Klientinnen in unsere Beratung mit den Flyern des Projektes kommen.

Unser Dank geht auch an das Integrationsprojekt des KSD in Zusammenarbeit mit der Stadt Hamm, dessen Mitarbeiterinnen uns als Schlüsselfiguren weitere Kontakte zu bulgarischen Frauen aufbauen halfen und uns als Sprachmittlerinnen unterstützten sowie an die Migrationsberatungsstellen der Stadt Hamm, die unsere Flyer an Interessierte weiterleiteten.

Ein Dank geht auch an alle Multiplikatoren/innen im Netzwerk Frühe Hilfen Hamm, die durch ihr Interesse unsere Angebote an die sich ihnen anvertrauenden Menschen weitergeben.

Das Team:



Anja
Klöpfer
Beraterin



Sabine
Kirchmann
Beraterin



Christina
Lange
Verwaltung

Träger:

Sozialdienst kath. Frauen
Dortmund-Hörde e.V.

Niederhofener Str. 52
44263 Dortmund
Tel.: 0231/42579960
Fax.: 0231/42579965
E-Mail: smolen@skf-hoerde.de
<http://www.skf-hoerde.de>

1.Vorsitzende:
Claudia Middendorf
Dipl. Sozialarbeiterin

Geschäftsführung:
Susanne Smolen
Dipl. Sozialarbeiterin

