

CHdN
CENTRE HOSPITALIER DU NORD

2027

Cours de préparation à la naissance

Geburtsvorbereitungskurse

Préparation à la naissance

Le CHdN vous propose un cours de préparation à la naissance en groupe de 4 à 8 femmes. Ce cours est divisé en 7 séances durant lesquelles vous aurez des informations concernant la grossesse, l'accouchement et la vie avec votre enfant. Une séance aura lieu après l'accouchement pour parler de ce dernier. Nous ferons des exercices pratiques et vous aurez des réponses à vos besoins et questions. Vos partenaires sont les bienvenu(e)s. Nous sommes ravis de pouvoir vous accompagner sur ce bout de votre chemin de vie.
Le prix s'élève à 10 € par séance.

Quand et où ?
Les cours débutent entre 24 et 29 semaines de grossesse. Ils ont lieu dans les locaux de la physiothérapie du CHdN **les mardis de 10h15 à 11h45 (en langue française).**

Ce qu'il faut amener aux cours
Les cours se font sur des matelas de gymnastique. Veuillez porter des vêtements confortables ainsi que des chaussettes. N'oubliez pas votre bouteille d'eau.

Inscriptions

Réunions d'information
(en lange française)

- **Allaitement maternel, alimentation du nouveau-né (FR)**
  3.2. I 14.4. I 9.6. I 4.8. I 6.10. I 1.12.
  14h15 à 16h15 dans la salle de séjour à l'US 11 Maternité (en groupe)

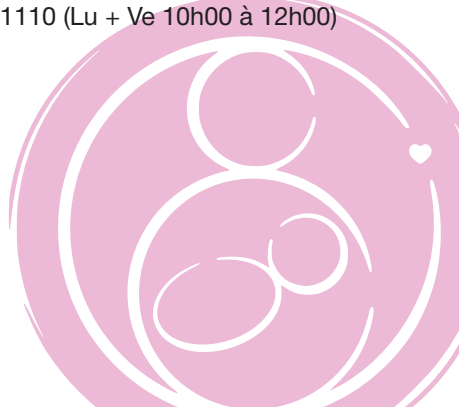
Inscriptions

- **Diversification alimentaire (LU, FR)**
  Début diversification 1 x par mois
  Suite diversification tous les 2 mois
  14h15 à 16h15 dans la salle de séjour à l'US 11 Maternité (en groupe)

  Inscription obligatoire :
  8166-61223 (Me + Je 8h30 à 16h30) ou
  8166-51110 (Lu à Ve 10h00 à 12h00)

- **Consultation en lactation (rdv individuel)**
  Mercredi et jeudi 8h30 - 16h30 sur rendez-vous
  Salle « Consult. lactation » US 11 Maternité

  Inscription obligatoire :
  8166-61223 (Me + Je 8h30 à 16h30) ou
  8166-51110 (Lu + Ve 10h00 à 12h00)



Geburtsvorbereitung

Das CHdN bietet Ihnen einen Geburtsvorbereitungskurs in Gruppen von 4 - 8 Frauen an. In den 7 Sitzungen erhalten Sie Informationen über die Schwangerschaft, die Geburt und das Zusammenleben mit dem Neugeborenen. Eine Sitzung (Nachtreffen) ist nach der Geburt vorgesehen. Wir werden praktische Übungen machen und auf Ihre Bedürfnisse und Fragen eingehen. Ihr Partner darf Sie gerne begleiten. Wir freuen uns, Sie bei diesem wichtigen Lebensabschnitt begleiten zu dürfen. **Pro Sitzung werden € 10,- berechnet.**

Wann und wo?
Sie sollten zwischen der 24. und 29. Schwangerschaftswoche mit den Kursen beginnen. Die Kurse finden immer **dienstags von 08:15 bis 09:45 Uhr (in luxemburgischer Sprache)** in der Physiotherapie im CHdN statt.

Was Sie mitbringen sollten
Ziehen Sie bequeme Kleidung an und bringen Sie dicke Socken mit, da wir auf Gymnastikmatten sitzen. Vergessen Sie nicht, etwas zum Trinken mitzubringen.

Einschreibungen

Informationsveranstaltungen
(en lange luxembourgeoise)

- **Tragen des Neugeborenen (LU, DE)**
  18.1. I 15.3. I 10.5. I 12.7. I 20.9. I 15.11.
  14:15 - 16:15 Uhr Aufenthaltsraum US 11 Maternité (Gruppenkurs)

Einschreibungen

- **Stillen und Ernährung (LU, DE)**
  6.1.I 3.3.I 5.5.I 7.7.I 15.9.I 10.11.
  14:15 - 16:15 Uhr Aufenthaltsraum US 11 Maternité (Gruppenkurs)

Einschreibungen

- **Beikost (LU, DE)**
  Frühe Beikost: 1 x pro Monat
  Späte Beikost: alle 2 Monate
  14:15 - 16:15 Uhr Aufenthaltsraum US 11 Maternité (Gruppenkurs)

  Anmeldung:
  8166-61223 (Mi+Do 8:30 - 16:30 Uhr) oder
  8166-51110 (Mo-Fr 10:00 - 12:00 Uhr)

- **Stillberatung (individuell)**
  Mittwoch und Donnerstag 8:30 - 16:30 Uhr nach vorheriger Terminabsprache
  Raum „Stillberatung“ US 11 Maternité

  Anmeldung:
  8166-61223 (Mi + Do 8:30 - 16:30 Uhr) oder
  8166-51110 (Mo - Fr 10:00 - 12:00 Uhr)

Cours l'Eltereschoul J. Korczak

Salle de séjour US 11 Maternité

Devenir parent est un chemin qu'on aborde étape par étape.

Pour accompagner les futurs et nouveaux parents, nous proposons les cours suivants à la maternité:

- On ne naît pas parent, on le devient (FR ou LU)
- Un nouveau bébé dans la famille. Notre famille s'agrandit! (FR ou LU)
- Dodo l'enfant dodo... le sommeil des enfants et des parents (FR ou LU)

Kurse der Eltereschoul J. Korczak

Aufenthaltsraum US 11 Maternité

Eltern zu werden ist ein Weg den wir Schritt für Schritt gehen.

Um werdende und frischgebackene Eltern zu begleiten, bieten wir folgende Kurse in der Geburtsklinik an:

- Et gëtt een net als Eltere gebuer (LU oder FR)
- Ee Geschwësterche kënnt an d'Famill, eis Famill get méi grouss. (LU oder FR)
- Schlof Këndche schlof, wann d'Kanner den Elteren de Schlof klauen! (LU oder FR)

Pour découvrir notre programme entier et pour vous inscrire, scannez le code QR

Für unser komplettes Programm und zur Anmeldung, scannen Sie den QR-Code.

Erzéiung - eng faarweg Saach

CHdN
CENTRE HOSPITALIER DU NORD

120, avenue Lucien Salentiny
L-9002 Ettelbruck
(+352) 8166-51110
www.chdn.lu

myclimate neutral Imprimé
myclimate.org/01-18-619125

RE PRINTED IN LUXEMBOURG

SAP 24751 / v2027