

Das **HGZ (Hebammengeleitetes GesundheitsZentrum) radofine** im Herzen von Radolfzell ist ein familienfreundlicher Ort an dem medizinische Versorgung, Begegnung, Wissensvermittlung und lebendiger Austausch rund um die Themen der frühen Familienbildung stattfinden. Wir begleiten Eltern und Familien vom Beginn der Schwangerschaft an und in der Babyzeit.

Kontaktaufnahme und Terminvereinbarungen per Mail unter [koordination@hgz-radolfzell.de](mailto:koordination@hgz-radolfzell.de) oder telefonisch unter **07732/3027910**.

**Unsere reguläre Hebammen Ambulanz:**

Für alle Schwangeren, Wöchnerinnen und Eltern, die Hebammenhilfe benötigen, während die eigene Hebamme beispielsweise im Urlaub ist, oder die bestimmte Sprechstunden in Anspruch nehmen möchte wie Geburtsvorbereitende Akupunktur, Taping, usw.

- Ungerade Wochen: Dienstags von 09:00 - 13:00 Uhr
- Gerade Wochen: Mittwochs von 08:30 - 12:30 Uhr
- wöchentlich: Donnerstags von 13:30 - 17:30 Uhr

Termine für die Hebammen Ambulanz nur nach **vorheriger** Terminvereinbarung.

**NEU: Effektive Manuelle Hilfe** nach hebammenArt mit Hebamme Antonia Schaaf. Zur Unterstützung und Stärkung der Frauengesundheit, einer gesunden Schwangerschaft und der Entwicklung des Kindes vor, während und nach der Geburt.

Angebote im **März** und **April** in der **radofine**:

**Stillvorbereitung** mit Hebamme Helen Schneider am 31.03.2025.

**Geburtsvorbereitungskurse** mit Hebamme Helga Häusler. Nächster Kursstart am 15.03.2025 und am 12.04.2025, jeweils 4 Termine.

**Schwangeren Yoga** mit Hebamme Heidrun Ullmann. Nächster Kursstart mit noch freien Plätzen am 28.04.2025, 6 Termine.

**Osteopathie** für Schwangere, Babys und nach dem Wochenbett mit Katrin Baumgartner. Es gibt noch freie Termine am 18.03.2025 und 25.03.2025.

**NEU: Achtsamkeitstraining für Eltern und werdende Eltern** mit Tanja Wildenhof. Immer montags, Einstieg jederzeit möglich.

**NEU: Babymassage** nach Leboyer mit Tanja Wildenhof. Immer montags, Einstieg jederzeit möglich.

**Kindernotfallkurs: Erste Hilfe am Kind** mit Marina Mauch. Nächster Termin mit noch freien Plätzen am 26.04.2025.

**HappyBauch - Fit in der Schwangerschaft** mit Tania Ruch. Nächster Kursstart am 10.03.2025, 5 Termine.

**Mamacita Baila** mit Tania Ruch. Nächster Kursstart am 11.03.2025, 5 Termine.

**Mama Blessing - Frauenkreis für Schwangere** mit Jennifer Unterrainer. Nächster Termin voraussichtlich am 21.03.2025, für Frauen mit ET im April.

**Musikgarten** mit Nathalie Schillinger. Aktuell laufender Kurs, Einstieg jederzeit möglich.

**Stoffwindelworkshop** mit Sabrina Mitchell. Nächste Termine am 17.03.2025 und 18.04.2025.

**Zauberhafte Babyhände® – Elternworkshop** für Mamas und Papas mit Kindern im Alter von 4-18 Monaten mit Tania Ruch am 05.04.2025.

Weitere Infos zum **HGZ radofine** sowie nähere Infos und **Anmeldungen** zu allen oben aufgeführten und weiteren Angeboten auf unserer Homepage unter: <https://www.hgz-radolfzell.de/kurse/>.