



ibb Ibbenbüren  
Das Institut für Familienhilfe

Stadt Greven

STADT RHEINE  
Lobbe an der Elbe

Stadt Emsdetten

KREIS STEINFURT

# ANGEBOTE FÜR FAMILIEN

mit Kindern bis zu sechs Jahren

## Rückbildung und Fitness für Frauen nach dem Verlust eines Kindes

*Kurs / Workshop, Gruppenangebot*

### Rückbildung und Fitness für Frauen nach dem Verlust eines Kindes

Wenn ein Kind in der Schwangerschaft, rund um die Geburt oder in den ersten Monaten danach verstirbt, steht die Welt still. Neben den körperlichen Herausforderungen kommt dann deutlich stärker die emotionale Belastung hinzu. Ein erster Schritt wieder Halt zu finden, kann ein Zusammenkommen gemeinsam mit anderen Müttern verstorbener Kinder sein.

Unser Rückbildungskurs bietet eine begleitete Zeit, in der Raum für den gemeinsamen Austausch entsteht. Aber auch der körperlichen Rückbildung wird sich mit speziellen Übungen gewidmet - insbesondere für die Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskulatur ist die Rückbildungsgymnastik sehr wichtig. Im Anschluss entsteht die Möglichkeit, dass die Frauen gemeinsam in der Beratungsstelle noch Zeit verbringen.

#### Was?

##### Art des Angebots

Kurs / Workshop, Gruppenangebot

##### Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

##### Kursleitung/Ansprechperson

**Leitung:** Kathrin Schneiderei, Hebamme

##### Alter des Kindes

0 bis 1 Jahre

#### Wann?

##### Termin(e)

**Termine:**

**Dienstag, 26. August 2025**

**Dienstag, 02. September 2025**

**Dienstag, 09. September 2025**

**Dienstag, 16. September 2025**

**Dienstag, 23. September 2025**

**jeweils von 18.00 - 20.00 Uhr**

##### Angebotstermin

Von 26.08.2025 (18:00 Uhr) bis (Uhr)

## Wo?

### **Bethanien Sternenkinder Beratungsstelle Münster/Osnabrück**

Kienebrinkstraße 15A  
49525 Lengerich

## Anmeldung

### **Anmeldung erforderlich**

Ja

### **Kosten des Angebots**

kostenlos

## Durchführende Organisation

### **Bethanien Sternenkinder Beratungsstelle Münster/Osnabrück**

Kienebrinkstraße 15A  
49525 Lengerich

### **Name Kontaktperson**

Taina Beuling

### **Telefon**

054813266239

### **Email**

[sternenkinder.ms-os@bethanien-stiftung.de](mailto:sternenkinder.ms-os@bethanien-stiftung.de)

### **Link Anbieter**

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

### **Alle Angebote dieses Anbieters**

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)

## Trägerschaft

### **Bethanien Diakonissen-Stiftung**

Dielmannstraße 26  
60599 Frankfurt

### **Art des Trägers**

Freier Träger (konfessionell)

### **Telefon**

069959323700

### **Link Träger**

[Weiter zur Homepage des Trägers](#)