

# Frühchenpost

## Nr. 54

März 2012



**Das Frühchen  
e.V. Heidelberg**

Verein zur Förderung von  
Früh- und Risikogeborenen

Liebe Leser,

man was für ein Jahr! Eigentlich hätte man es locker in zwei aufteilen können. An zig Baustellen wurde 2011 mit Mini-Steps und in Riesenschritten gearbeitet, gewerkelt und verräumt, geschuftet, geplant und umsortiert. Aber die Ergebnisse können sich sehen lassen!

Am aufregendsten bestimmt der Umzug der H9 und H10 in die neue Kinderklinik. Und die H9 und H10 heißen jetzt nicht mehr H9 und H10, sondern K-Neonatologie/IMC. Was das heißt und viele weitere Informationen findet ihr im Bericht ab der Seite 6. Und das Werkeln geht kräftig weiter, denn 2012/2013 soll mit dem Umzug der Frauenklinik auch die FIPS umziehen. Ob die FIPS dann wohl noch FIPS heißen wird... ?

Ach ja, und in der Vorstandschaft des Frühchenvereins wurde auch ein wenig umstrukturiert, „umgesetzt“, neu geordnet und sortiert. Das Ergebnis sind die absolut gleichgestellten und gleichberechtigten (und fast auch noch gleichgroßen) Vorstandsvorsitzenden Simone Engelhard und Marco Schaad mit ihrem Finanzminister Götz Schweitzer. Mehr dazu und ein Bild der Drei auf Seite 2.

Der Umbau der Satzung des Frühchenvereins war übrigens dringend notwendig für eine andere, bahnbrechende Neuerung: Seit November spendiert der Frühchenverein eine Neonatalbegleiterin. Naja, bisher noch eine „fast-Neonatalbegleiterin“, aber das „fast“ wird dieses Jahr fertig. Arbeiten, Reden (und auch zuhören) kann sie aber auch jetzt schon. Sie stellt sich und ihre Arbeit auf den Seiten 21 + 22 vor.

Neben diesen großen Veränderungen gibt es natürlich aber auch noch die traditionellen Ereignisse wie Frühchenfest (diesmal mit gewittriger Platzregenuntermalung zum Schluss), Fußballturnier (einer muss ja gewinnen) und dem Welt-Frühchentag (da haben alle gewonnen), über die wir berichten.

Und auch für dieses Jahr sind wieder viele Dinge in Arbeit. Vorne weg wieder das Frühchenfest, das auf jeden Fall stattfinden wird. Nur über den Ort ist man noch ein wenig unschlüssig, aber da wird es in der nächsten Ausgabe der Frühchenpost dann genaueres geben.

Jetzt steht am 5. Mai erst einmal das Benefiz-Golfturnier des Golfclubs Glashofen-Neusass zu unseren Gunsten an, zu dem alle recht herzlich eingeladen sind. Mehr dazu im Heft auf Seite 13.

Also viel Spaß beim Lesen der aktuellen Ausgabe der Frühchenpost,



Urte Rietdorf

# Vorstand und Arbeitssitzung



Unser neuer Vorstand:  
Marco Schad  
Simone Engelhardt  
und  
Götz Schweizer  
(unser Schatzmeister)



Die erste Sitzung im Neuen Jahr konnten wir in fast voller „Besetzung“ abhalten. Es wurden die Planungen für das Jahr 2012 Besprochen und Termine festgelegt.



Hallo, darf ich mich vorstellen: Mein Name ist Urte Rietdorf, und ich bin seit November neue Beisitzerin des Frühchenvereins. Ich bin 34 Jahre alt, und war früher einmal gelernte Mediengestalterin Bild und Ton, studierte Informatikerin und promovierte Medizinische Informatikerin. Aber seit Ende 2010 bin ich hauptsächlich geprüfte Zwilling'sFrühchenMutter. Meine Töchter kamen in der 31. SSW mit ca. 1250 g auf die Welt und verdrehen meinem Mann und mir seit dem

ganz schön gehörig die Welt. Als Beisitzerin des Frühchenvereins möchten wir ein wenig von dem weitergeben, was wir an Unterstützung bekommen haben. Wir hoffen es funktioniert.

# Weltfrühgeborenen Tag

## 17. November



Wir konnten am 17. November 2011 zum 3. Mal den Weltfrühgeborenen Tag begehen. Auch an diesem Tag konnten wir uns wieder auf die sehr großzügige Unterstützung des DHZ in Heidelberg verlassen.

Im Rahmen dieser Veranstaltung konnten wir auch einen Scheck in Höhe von 1000,- € entgegen nehmen. Dafür ganz herzlichen DANK!!!



Bedanken möchten wir uns aber auch bei den Firmen GE – Health Care für die Aufstellung des Inkubators „Giraffe“ und bei der Firma Gandpair die uns Helium für die Luftballons zur Verfügung gestellt hatte.

Wir freuen uns schon darauf wenn wir auch dieses Jahr am 17. November wieder zusammen mit Ihnen den Weltfrühgeborenen Tag feiern können.

# Weihnachtsaktion des Frühchenvereins

Die Weihnachtsaktion des Frühchenvereins kann auch schon auf eine kleine Tradition zurückblicken.

Auch im Jahr 2011 haben am 22. Dezember unsere beiden Vorsitzenden Marco Schad und Simone Engelhardt die neonatologischen Stationen der Kinderklinik und die FIPS in der Frauenklinik besucht und den Eltern und Kindern kleine Präsente übergeben.

Prof. Dr. Pöschl hat die beiden auf die Neue Neonatologische Station in der Kinderklinik begleitet.





# Umzug der H9 am 26.11.2011 in die neue Kinderklinik

Fast pünktlich um 8.° am Samstagmorgen, war das Transport Team in der alten Kinderklinik bereit, das erste Baby in die neue Kinderklinik zu bringen. Die Eltern des Kleinen haben fleißig mitgeholfen um die persönlichen Dinge wie Stillkissen, Kuscheltiere und Decken mit einzupacken.



In der neuen Klinik standen Schwester Celina und Schwester Regine bereit, um die kleinen Patienten in nagelneue Inkubatoren zu legen, an die Monitore und Perfusoren anzuschließen.

docken. Den Eltern wurden die neuen Räume gezeigt und sie konnten sich sofort wieder um ihre Babys kümmern.



Im neuen Schwesternstützpunkt waren die Techniker den ganzen Tag vor Ort, um die Monitoranlage zu überwachen und uns alle noch offenen Fragen zu den Überwachungsgeräten zu beantworten. Unsere Pflegedienstleitung mit allen Mitarbeitern und unser Abteilungsleiter Prof. Pöschl, sowie der Kaufmännische Leiter, Her Koller sorgten dafür, dass wir immer einen Ansprechpartner hatten.





Rasch füllte sich die Station mit unseren 16 Patienten und einem kleine Frühgeborenen, das wir direkt im Inkubator von der nun nahen K- Intensiv übernahmen. Bis zum Schichtwechsel am Mittag, waren alle Kinder verlegt und in den neuen Zimmern eingezogen.



Nach über 2 Monaten haben sich nun schon einige Arbeitsabläufe eingespielt, doch vieles braucht noch Zeit und Umorganisation. Das ist im laufenden Betrieb, mit fast immer voller Bettenbelegung nicht leicht und kostet viel Kooperation zwischen allen Mitarbeitern. Große Vorteile sind nun aber die Nähe an die große Kinderklinik. Viele Wege sind kürzer geworden, vor allem zur Intensivstation. Die Räume für Röntgen, Ultraschall und EEG Abteilung sind wieder in der Nähe. Unser Chef ist schnell vor Ort, da sein Büro nur eine Etage höher ist. Der Kinderplanet im Haus ist eine große Entlastung für Eltern, die die Geschwisterkinder dort beruhigt betreuen lassen können.



Die Eltern haben nun den Komfort durch das Bett direkt neben dem Kind und die schöne Nasszelle im Zimmer. In den Schränken können sie ihre persönlichen Dinge aufbewahren, abschließbare Fächer für Wertsachen sind auch vorhanden. Dadurch ist es völlig unkompliziert, nachts beim Kind zu bleiben. Am Wochenende nutzen viele Väter die Möglichkeit, eine Nacht mit ihrem Kind zu verbringen. So wird die Familienorientierte Pflege umsetzbar.

Das Stillzimmer bietet allen Komfort, die Elternküche wird rege genutzt und die Eltern profitieren auch sehr von den Gesprächen untereinander, die so schnell zustande kommen. Die Milchbildung und dadurch das Stillen werden optimal gefördert durch die intensive Nähe zum Baby.

Ein Nachteil, den dieses 24 Stunden Rooming-in Angebot für die Mütter hat, ist die Gefahr der Überforderung. Die

frischoperierte Mama ist selbst noch Patientin, die zum Teil auch schon vor der Entbindung lange in der Klinik gelegen hat, will nun als Mutter sofort möglichst rund um die Uhr bei ihrem Baby sein und es auch möglichst viel selbst versorgen.

Nach einigen schlaflosen Nächten neben dem Inkubator, sind die frischgewordenen Mamas oft übermüdet und gestresst.

Der Körper einer Frau nach Kaiserschnitt Entbindung, hat neben der Operation nun die Hormonumstellung und den Milcheinschuß, sowie das anstrengende 3 stündliche Abpumpen der Muttermilch zu bewältigen. Dazu kommt die emotionale Verarbeitung der Schwangerschaft und Geburt. Wenn dann noch familiäre Probleme, weite Anfahrtswege oder Schwierigkeiten bei der Geschwisterbetreuung hinzu kommen, hat die Familie sehr viel zu organisieren.

In den neuen Räumlichkeiten können wir nun das Konzept der entwicklungsfördernden Betreuung Frühgeborener unter optimalen Voraussetzungen umsetzen.

Christiane Saladin

Kinderkrankenschwester IMC, Mitglied im Frühchen Verein  
Heidelberg

# **Zukunft Selbsthilfe: Vielfalt, die Mut macht**

## **Selbsthilfetag für Heidelberg und den Rhein-Neckar-Kreis**

**am 31.3. von 10.30 - 16 Uhr, SRH Heidelberg-Wieblingen,  
Science Tower**

**Ludwig-Guttman-Str. 6, 69123 Heidelberg**

### **Eine Veranstaltung mit Informationen, Begegnungen, neuen Erfahrungen**

Der 12. Selbsthilfetag für Heidelberg und den Rhein-Neckar-Kreis findet am Samstag, den 31.3. von 10.30 – 16 Uhr unter der Schirmherrschaft von Oberbürgermeister Dr. Eckart Würzner statt.

Menschen mit schwerer Erkrankung gelingt es durch den Austausch in den Selbsthilfegruppen, Lebensqualität und Lebensfreude trotz Handicap zu entwickeln. Sie sind eine erfolgreiche Form des bürgerschaftlichen Engagements, die stetig gewachsen ist, und heute aus dem Gesundheitswesen nicht mehr wegzudenken ist. So auch die über 280 Selbsthilfegruppen der Region, von denen sich über 50 aktiv am Selbsthilfetag engagieren.

In der SRH Heidelberg-Wieblingen nehmen Gruppen aus den Bereichen chronische Erkrankung, Behinderung, Sucht, Eltern/Kinder und seelische Gesundheit teil. Geplant sind darüber hinaus Workshops, Vorträge und kulturelles Rahmenprogramm.

Im Allergiemobil des Dt. Allergie- und Asthmabundes können Betroffene und Interessierte die Lungenfunktion testen, sowie sich zu Themen rund um das Thema Allergie, Asthma und COPD beraten lassen.

Vorträge und Gesprächskreise zu vielen Themen der Selbsthilfe runden das Programm ab: z.B. zu Osteoporose/Rheuma, Depressionen, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, Hören, Sucht, etc.

Für gehörlose Besucher werden Gebärdendolmetscher anwesend sein.

Selbstverständlich werden wir die Frühgeborenen und Ihre Familien im Rahmen des Selbsthilfetages mit einem Infostand vertreten und zum Thema Frühgeburt informieren– wir freuen uns, wenn wir auch Sie an unserem Stand begrüßen dürfen.

# Charity-Golfturnier

zu Gunsten

früh- und risikogeborener Kinder  
„Das Frühchen e.V. Heidelberg“

auf einem der schönsten Golfplätze im Odenwald



**05.Mai 2012**

- ✓ offenes Golfturnier für Gäste
- ✓ der Reinerlös des Turniers wird dem Frühchenverein gespendet
- ✓ kostenlose Kinderbetreuung für Kinder mitspielender Eltern
- ✓ Spielplatz auf der Golfanlage
- ✓ bei Interesse Schnuppergolf möglich

[www.golfclub-glashofen-neusass.de](http://www.golfclub-glashofen-neusass.de)

[www.dasfruehchen.de](http://www.dasfruehchen.de)

Infos und Anmeldung bei Marco Schad

☎: marco@dasfruehchen.de

☎ : 0171 -6001383



## Bericht Marco 6. Fortsetzung ab Frühjahr 2008

Ja, wir sind noch im Kindergarten - Marco, zwischenzeitlich 6 Jahre alt - darf nun noch ein schönes und eher entspanntes letztes Jahr hier verbringen, da wir uns entschieden haben, ihn auf Grund seines Entwicklungsstandes erst später einzuschulen.

Das tut uns allen gut, weil sich die gesamte familiäre Situation hierdurch etwas beruhigt – schließlich sind da noch die beiden großen Geschwister, die sich kurz vor dem Abschluss-Schuljahr befinden.

Und so festigt er die erlernten Kindergarten-Abläufe und genießt es, in den folgenden Monaten an den besonderen Aktivitäten für die Vorschul-Kinder teilzunehmen. In der Rolle eines „großen Kindergartenkindes“ fühlt er sich nun auch wohl und gewinnt an Sicherheit.



Zur Faschingszeit machen wir Skiurlaub in den Ammergauer Bergen und Marco nimmt am Skikurs teil – zwar anfangs etwas widerwillig, aber nachdem ihm auch manches gelingt, wird er zuversichtlicher. Voller Stolz nimmt er dann auch am Ende seine Urkunde entgegen und genießt es, seine Berichte davon in den schillerndsten

Farben auszumalen. Ja, sein kleines Plappermäulchen ist unaufhörlich in Aktion und ihm fallen auch immer passende Bemerkungen ein:

„Der Schneemann sieht so hochzeitlich aus...“, meinte er zu seiner Schneefigur, die er am Rand der Piste gebaut hatte.

Bewegung tut ihm gut und ist natürlich auch ansonsten seiner Entwicklung sehr förderlich – darauf wies uns auch seine Ergotherapeutin hin, zu der wir 1x wöchentlich gehen, um seine Körperkoordinationen zu verbessern und auch dort werden Fortschritte sichtbar.

Also gehts immer wieder mal zum Schwimmen ins nahegelegene **Aquadrom**, was ihm besonders mit Papa und seinem großen Bruder Spaß bereitet – das ist dann typische Männer-Zeit mit Plantschen und Spielen.....!!

Um seine körperlichen Funktionen zudem etwas zu stärken, radeln wir im Sommer öfters mit dem Fahrrad durch die Felder zum Kindergarten – ist ja auch für die Mama nicht schlecht...!



Mittags trifft er sich dann auch häufiger mit den Nachbarskindern in der Gasse zum Fußballkicken oder auf dem Spielplatz zum Klettern. Zwar ist er den anderen Jungs körperlich nicht ebenbürtig, aber es wundert mich dabei trotzdem, wie ausdauernd und zäh dieses kleine Kerlchen trotz seiner vorbelasteten Entwicklungsgeschichte ist.

Eine besondere Leidenschaft von ihm ist das Malen – einmal gewinnt er einen Sparkassen-Malwettbewerb, dann natürlich Musik und Tanzen – wenn er einen Song von seinem Lieblingsinterpreten Michael Jackson hört wirbelt er schon im „Moonwalk“ durch den Raum....- macht echt Spaß ihm zuzuschauen!



Malwettbewerb Sparkasse

Auch abends hält er recht lange durch ohne diese typischen Müdigkeitserscheinungen von Gereiztheit oder Überempfindlichkeit zu zeigen, wie wir dies schon öfters bei seinen Altersgenossen erlebt

haben.

Nun ja, und so nähert sich im September 2009 der große Tag der Einschulung und wir alle spüren wieder diese besondere Aufregung, die ein solches Ereignis mit sich bringt. Die Schultüte musste natürlich irgendwie „dinomäßig“ gestaltet sein, denn für diese Urzeittiere hatte er sich schon immer begeistert, besonders nachdem wir an seinem 7. Geburtstag das Senckenberg-Museum besuchten.



Der erste Schultag verläuft fröhlich und voller Spannung und dabei ist es für uns ein vertrautes und gutes Gefühl, unser kleines Sorgenkind auf einer Schule zu wissen, an der sich auch schon unsere beiden Großen sehr wohl gefühlt hatten; hier erfuhren die Kinder eine besondere Form der Zuwendung, von der wir denken, dass sie gerade für diese Schulanfänger so unheimlich wichtig ist, denn schnell können die kleinen Gemüter enttäuscht oder verletzt werden.

Natürlich waren die ersten Wochen der Eingewöhnung nicht so leicht – plötzlich diesen Anforderungen eines Schulalltages gewachsen zu sein, viele neue Kinder mit sehr unterschiedlichen Charakteren...- aber zum Glück bestand zum Ausgleich die Kernzeitbetreuung, in der sich die Kinder auf spielerischem Weg annähern konnten-eine willkommene Brücke zum Unterricht!

Im ersten Schuljahr fällt es Marco schwer, sich der Ordnung des Schulunterrichts anzupassen – oft springt er mittendrin einfach auf und tanzt oder erzählt drauf los – wie es eben seinem quirligen Naturell entspricht.



Aber leider ist das im heutigen Schulalltag natürlich etwas unpassend und so führt sein auffälliges und unkonzentriertes Verhalten dazu, dass er während des Unterrichts oft nicht bei der Sache ist und vieles gar nicht mitbekommt. Dadurch kann er seine Haus-

aufgaben nicht so gut erledigen, was dann letztendlich zu weitergehenden Kontakten mit den Lehrkräften führt.

In den folgenden Gesprächen mit den Lehrerinnen kommt deren Sorge über sein Essverhalten (sehr wählerisch, morgens meist Nutella-Brot..) zum Ausdruck, was wir durchaus sinnvoll und nachvollziehbar empfinden; jedoch haben die meisten unserer Bemühungen, ihn dahingehend in eine andere Richtung zu lenken keinen Erfolg; er ist leider? sehr eigenwillig und zeigt kaum Bereitschaft, neue Dinge zu probieren, so dass wir, um nicht ständig Auseinandersetzungen beim Essen zu haben, mehr oder weniger aufgeben und eigentlich froh sind, wenn er überhaupt etwas isst.....!!

Nachdem auch die dahingehenden Blutuntersuchungen bei unserem langjährigen Kinderarzt sonstige körperliche Mängel ausschließen, entscheiden wir uns nach erneuter Absprache mit den Lehrerinnen die Unterstützung seitens einer Kinderpsychologin in Anspruch zu nehmen. Die dortigen Gespräche und Tests ergeben – wie von uns befürchtet – ein ADS-Syndrom und auch eine nachweisliche Dyskalkulie (wie bei seinem großen Bruder, was wohl die These unterstützt, dass diese Verhaltensauffälligkeit oft bei der männlichen Seite innerhalb der Familie auftritt!) Als Folge daraus nimmt er nun - seit Februar 2011 - das hierfür übliche Präparat „Medikinet“ und die Rückmeldung seitens der Schule hierauf ist sehr positiv. Marco selbst meint im Lauf der Zeit ganz stolz und zufrieden dazu: *„Gar keinen Vermerk mehr in der gelben Ampel...“* (Regelsystem der Markus-Schule)

Darüber hinaus ist er mit seinen Hausaufgaben recht eifrig, allerdings gerät er ziemlich aus der Fassung, wenn ihm etwas nicht gelingt; dies scheint eine bekannte Nebenwirkung dieses Medikaments zu sein und man braucht dann viel Geduld, ihn wieder zu beruhigen. Aber irgendwie kommt uns das alles sehr bekannt vor und die Erinnerung an die Verhaltensweise unseres älteren Sohnes wird dadurch wieder lebendiger – schon irgendwie seltsam, diese Zusammenhänge und Ausprägungen im Wesen eines Menschen!

Aber er geht trotz allem gerne zur Schule, reflektiert jedoch sehr feinfühlig alle menschlichen Wesensarten, die ihm dort begegnen – auch eine sehr ausgeprägte Charaktereigenschaft von ihm, die recht zuverlässig zu verwenden ist. Mit seiner sensiblen Art macht er sich über viele Dinge



Gedanken und bringt durch seine kindliche Betrachtungen unsere scheinbaren Selbstverständlichkeiten ins Wanken, weil er für manches im Leben ein ganz anderes Bewusstsein hat.

Besonders genießt er die Zeiten, in denen er mit seinen Schulkameraden draußen auf dem Pausenhof Fußball spielen kann; „*Meine allerliebsten Fußballschuhe sind rot-geschwarzt - wie die von Claudio!*“ (sein großer Bruder!)

Glücklicherweise entwickeln sich jetzt auch nach und nach kleine Freundschaften, die ihm sehr wichtig sind, und öfters haben wir Kinder ganz bewusst auch schon am Mittagstisch zu Besuch; eine Taktik, die allerdings bezgl. seiner Essenseinstellung kaum etwas bringt – auch das kennen wir aus Erfahrung!

Aber er gewinnt an Selbstsicherheit und dann werden seine Freunde z.B. mit den Worten: „*Tschüß ihr geilen Kumpels...!!!*“ an der Tür verabschiedet.

Klar, wenn man dann noch dank der Schwimmübungen mit Papa im Sommer 2010 voller Stolz sein „Seepferdchen“-Abzeichen macht, ist es meine heilige Pflicht, dieses Stoffteilchen möglichst schnell auf seiner Badehose aufzunehmen....-soll ja schließlich jeder sehen...!

Sein anfänglich auch etwas beeinträchtigtes Lautverständnis beim Lesenlernen wird sehr verbessert, nachdem wir ca. 4 Monate lang eine Logopädin aufsuchen und es macht ihm nun mehr Freude zu lesen – besonders zwischenzeitlich die Geschichten vom „Drache Kokosnuss“ oder jetzt auch „Star Wars“!

Im Hinblick auf seine Dyskalkulie sind wir noch nicht so ganz erfolgreich, d.h. er besucht zwar eine hierauf spezialisierte Ergotherapeutin, aber wir denken, er benötigt noch andere alternative Unterstützung, um die wir uns momentan gerade bemühen.



Ansonsten auffällig ist da nach wie vor seine ausgeprägte Ängstlichkeit, die es ihm nicht erlaubt, alleine in einem Zimmer zu bleiben, sondern er sucht immer menschliche Nähe und braucht zumindest akustischen Kontakt. Das nächtliche Kuscheln im „großen Bett“ ist für ihn sehr wichtig und wir schafften es bisher auch nicht, dies abzustellen – wir hoffen noch immer, dass es sich spätestens mit dem Erreichen der Pubertät ändern wird, wenn einfach die natürlichen Gegebenheiten es erforderlich machen? Marco braucht schon jetzt mit seinen 10 Jährchen ganz schön viel Platz, zumal er immer auf „Tuchföhlung“ geht! Aber ich empfinde es seltsamerweise nicht als störend, vielmehr genieße ich diese ausgeprägte Körperrähe – vielleicht holen wir beide etwas nach, was uns während der zu früh abgebrochenen

Schwangerschaft verloren ging...??!

Wenn ich all diese niedergeschriebenen Abschnitte nochmals überfliege, fühle ich mich als Mutter in einer Situation, in der ich so langsam voller Wehmut denke: Ach, wo ist die unbeschwerte Kindergartenzeit geblieben?

Gerade um den Alltag nicht nur von diesen Schulanforderungen dominieren zu lassen, möchte ich diesen etwas unüblichen Zustand des gemeinsamen Einschlafens im „großen Bett“ und manch andere Zugeständnisse ihm gegenüber zumindest im Moment so bestehen lassen, damit die Freude an diesem Kind nicht in den Hintergrund gerät und die wohlwollende Akzeptanz seiner ganz eigenen Persönlichkeit erhalten bleibt.

Das alles kostet neben den sonstigen Anforderungen des Alltages ganz schön Kraft, Ausdauer und vor allem auch Zeit – Attribute, die einem aber auch einen ganz wesentlichen Bestandteil des Lebens aufzeigen, nämlich den Blick von sich selbst weg auch auf die Bedürfnisse anderer lenken zu lernen.



# Vorankündigung

## Fußballspiel und Frühchenfest

### 2012

Natürlich wird auch dieses Jahr wieder unser Traditionelles Frühchenfest stattfinden!!

Im Moment sind wir noch dabei einen geeigneten Platz dafür zu suchen auf dem wir dann hoffentlich dauerhaft unser Fest stattfinden lassen können.

Das **Wann, Wo** und **Wie** werden wir so schnell wie möglich klären und Ihnen dann bei der Einladung und auf unserer Homepage mitteilen. Das Fußballspiel wird auf alle Fälle stattfinden und wenn alles so klappt wie wir das im Moment Planen wird es sogar im Rahmen des Frühchenfestes am Sonntag stattfinden. Auch hierüber werden wir sie so schnell wie möglich informieren.

Natürlich werden wir uns wieder ein tolles Programm ausdenken mit Attraktionen, Tombola und für das leibliche Wohl wird ebenfalls gesorgt sein.

Gerne können Sie uns auch Unterstützen in Form von Tombola- oder Kuchenspenden oder Ihrer Arbeitskraft



# ABC-Schütze



Anne und Felix geboren am 29. März 2005 in der 26. SSW  
870 bzw. 940 Gramm

# Familienbegleitung von Frühgeborenen und früh gewordenen Eltern

***"Die wirkungsvollste Energiequelle unseres Lebens ist und bleibt die menschliche Wärme."***

*Ernst Ferstl, Die kleine LebensKunst*

Jedes Jahr sehen sich eine Vielzahl von Eltern plötzlich und unerwartet einer schwierigen Lebenssituation ausgesetzt – ihr Kind/ihre Kinder wurden viel zu früh geboren.

Nicht nur die Klinikzeit, sondern auch vor allem die ersten Wochen und Monate nach der Entlassung sind geprägt von erheblichen seelischen, körperlichen, sozialen und finanziellen Belastungen. In der Folge sind die Eltern häufig überfordert, die notwendigen Hilfen für sich und ihr Kind zu suchen und zu finden.

Ich selbst bin Mutter von zwei frühgeborenen Söhnen, die in der 27. und 24. SSW geboren wurden. Als Betroffene und Vorsitzende des Vereins „Das Frühchen e.V.“ Heidelberg, weiß ich auch aus eigener Erfahrung, von den vielen großen und kleinen Problemen, die die Eltern von Frühgeborenen auch nach der Entlassung – häufig unbemerkt vom sozialen Umfeld – begleiten. 2011 habe ich mit Unterstützung des Frühchenvereins eine Ausbildung beim Ausbildungszentrum „Laktation und Stillen“ zur entwicklungsfördernden Neonatalbegleitung begonnen, die ich in Kürze abschließen werde. Seit November 2011 habe ich die Möglichkeit durch den Verein bekommen, mich hauptberuflich auf die frühgeborenen Kinder und ihren Familien zu konzentrieren.

Das Anliegen des Frühchenvereins Heidelberg ist es durch die Familienbegleitung die betroffenen Familien auf ihrem persönlichen Weg zu begleiten. Vor allem bei dem schwierigen Übergang von der Klinik nach Hause wollen wir die Eltern positiv unterstützen. Hierbei achten und respektieren wir die Eigenverantwortlichkeit der Betroffenen.

Durch unsere Öffentlichkeitsarbeit möchten wir zudem auf die Lebenssituation der betroffenen Familien aufmerksam machen.

### **Wir bieten:**

- Hausbesuche nach der Entlassung
- Gespräche über Erlebtes im Rahmen der Frühgeburt
- Anlaufstelle im Büro des Vereins
- Telefonische Erreichbarkeit

### **Wir möchten die Familien**

- beraten und informieren
- ermutigen und motivieren
- unterstützen und fördern



### **Wer finanziert die Familienbegleitung?**

Momentan wird die Familienbegleitung alleine durch den Verein „Das Fröhchen e.V. Heidelberg“ finanziert. Gerne können Sie die Familienbegleitung durch einen Vereinsbeitritt oder durch einmalige Spenden unterstützen.

Für eine gute Entwicklung gerade von frühgeborenen Kindern sind starke Eltern wichtig. Diese Eltern können jedoch nur stark für ihre Kinder sein, wenn sie selbst ausreichend Unterstützung und Hilfe erhalten. Ich wünsche mir, mit meiner Arbeit nicht nur die frühgeborenen Kinder, sondern auch deren zu früh gewordenen Eltern dahingehend begleiten und unterstützen zu können.

### **Kontaktdaten:**

Das Fröhchen e.V. Heidelberg  
Simone Engelhardt  
Alte Eppelheimer Straße 38, Raum 1.8  
69115 Heidelberg  
Öffnungszeiten (Termine nach Absprache):  
☎: 06221 – 6530967 immer am  
Montags 9:30 bis 13:00 Uhr sowie  
Freitags 14:00 bis 17:00 Uhr zuerreich  
Außerhalb der Bürozeiten über 📞 0176/34429212  
[Neonatalbegleitung@dasfruehchen.de](mailto:Neonatalbegleitung@dasfruehchen.de)



# Abbuchung des Mitgliedsbeitrag

Liebe Vereinsmitglieder,

auf Grund mehrerer Erkrankungen meiner frühgeborenen Tochter war es leider nicht möglich, den Mitgliedsbeitrag 2011 wie vorgesehen Anfang Dezember 2011 einzuziehen. Dies wird im Februar 2012 nachgeholt, ich bitte hierfür um Verständnis.

In diesem Jahr ist die Abbuchung der Mitgliedsbeiträge dann wieder wie gehabt zum Tag des Frühgeborenen am 17.11. vorgesehen.

Des weiteren möchte ich nochmals daran erinnern, bei Geldspenden im Verwendungszweck die Kontaktdaten anzugeben, da wir ansonsten mangels Adresse weder eine Spendenquittung noch eine Danksagung schreiben können. So haben wir letztes Jahr eine Spende aus Konfirmationsgeld erhalten über die wir uns sehr gefreut haben. Unglücklicherweise konnten wir aber die Spenderin weder über unsere Mitgliederdatei noch in anderer Weise ermitteln. Auch erreichen uns immer wieder Spenden ohne jegliche Verwendungsangabe, so dass wir in diesen Fällen nur die Namen der Überweisenden kennen.

Götz Schweizer

# Vorankündigungen Termine für 2012

Auch für das Jahr 2012 haben wir bereits mit den Planungen begonnen hier die Termine für die ersten 6 Monate:

**Arbeitssitzungen** werden am  
**12. Mai und**  
**16. Juni**

jeweils um 10.<sup>00</sup> stattfinden

da wir den Ort variieren möchten, schauen sie bitte einfach auf unsere Homepage nach dort werden wir die Orte bekannt geben ([www.dasfruehchen.de](http://www.dasfruehchen.de))

Am **10. März** wird die **Delegiertenversammlung** des Bundesverbandes stattfinden.

Am **31. März** wird in der SRH ein Tag der Selbsthilfegruppen stattfinden, an dem auch wir von 10.<sup>30</sup> bis 16.<sup>00</sup> präsent sein werden.

Eine Sitzung des Landesverbands wird am **28. April** in Ulm stattfinden.

Das **Golfturnier** startet am **5. Mai**. Unser **Frühchenfest** findet auf alle Fälle im **Juli** statt. Genaue-  
re Informationen werden Sie in der nächsten Ausgabe der Frühchenpost bzw. in der Einladung dazu erhalten.

# Rätselseite


Sudoku ist der Rätselspaß bei dem die Zahlen 1-9 jeweils nur je einmal pro einen Quadrat mit 9 Kästchen, sowie nur einmal waagerecht und senkrecht vorkommen dürfen.  
Viel Spaß beim Lösen des Rätsels!!

6		9	2					
						7	2	8
			3	4	1			
1			5	6				
2		8				5		9
				2	3			6
			8	7	6			
7	4	5						
					2	3		1


Die Lösung finden sie auf Seite 28



# Der Frühchen Verein im Internet




*Willkommen bei*  
Das Frühchen e. V. Heidelberg  
Verein zur Förderung von Früh- und Risikogeborenen



- » Home
- » Der Verein
- » Aktuelles und Termine
- » Neonatalbegleitung
- » Gästebuch
- » Pinnwand
- » Kontakt
- » Login

## Home



In etwa jedes 10. Neugeborene ist ein Frühgeborenes.  
Die wenigsten Eltern und Familien sind auf eine zu frühe Geburt Ihres Kindes vorbereitet. Während des oftmals wochen- oder sogar monatelangen Klinikaufenthalts und auch in der ersten Zeit zu Hause sind sie emotional stark belastet und fühlen sich hilflos und alleingelassen. Hier möchte der Verein Ihnen mit Rat und Tat – auch im Rahmen einer Familienbegleitung – zur Seite stehen.

Impressum / Disclaimer

Unsere Internetseite wurde überarbeitet und auch mit neuen Inhalten versehen, besuchen Sie uns doch einfach mal im Netz und teilen Sie uns Ihre Meinung über die Neue Seite mit. Dazu können Sie sehr gerne unser Gästebuch oder auch die Pinnwand verwenden!

Wir freuen uns schon auf Ihre Kommentare!

## **Sind Sie umgezogen?!**

Wenn Sie umgezogen sind teilen Sie uns bitte Ihre neue Anschrift mit. Ebenso sollten Sie uns Veränderungen bezüglich Ihrer Bankverbindung mitteilen, wenn Sie am Lastschriftverfahren teilnehmen. Denn nur so können wir sicherstellen, dass Sie auch weiterhin pünktlich Ihre „Frühchen - Post“ bekommen. Die Adresse bezüglich Änderungen und auch für Anregungen oder Beiträgen die Frühchen - Post betreffend lautet:

*Ingeborg Plodek*  
*Karolingerallee 10*  
*69181 Leimen*  
***Ingeborg@dasfruehchen.de***

Die Bankverbindung des Frühchen Vereins besteht in Heidelberg und lautet wie folgt:

Sparkasse Heidelberg  
BLZ 672 500 20  
*Konto - Nr.: 22 10 630*

Bei Fragen und Anregungen die Sie im Bezug auf den Frühchen Verein haben, können Sie sich an den Vorstand des Vereins wenden:

*Simone Engelhardt*  
*Mozartstr. 15*  
*68723 Plankstadt*  
***Simone@dasfruehchen.de***

*Marco Schad*  
*Dr. Rauch Str. 3*  
*74731 Walldürn*  
***Marco@dasfruehchen.de***

Wir von der Redaktion freuen uns über jeden Beitrag, der uns zugeschickt wird. Es wäre schön, wenn Sie hierfür Ihren Beitrag auf DIN A5 oder DIN A4 Format bringen und an allen Rändern 2,5 cm breite Abstände einhalten würden. Falls Sie Ihren Beitrag mit dem Computer geschrieben haben wären wir Ihnen für die kurzfristige Überlassung einer Diskette oder CD dankbar, Sie können Ihren Beitrag natürlich auch per Email übermitteln (Ingeborg@dasfruehchen.de).

Die nächste Frühchen Post wird voraussichtlich im Juni 2012 erscheinen. Der Redaktionsschluss für diese Ausgabe ist der 20. Mai 2012.

Noch ein Wort zu den Inhalten der Beiträge:

Der Inhalt der Beiträge muss sich nicht mit der Meinung des Redaktionsteams decken. Wir sind auch gerne bereit Stellungnahmen zu Beiträgen zu veröffentlichen, hierzu sollten uns aber der Name und die Adresse des Verfassers bekannt sein.

Vielen Dank für Ihre Mithilfe!



Auflösung von Seite 25

6	5	9	2	8	7	4	1	3
4	3	1	6	9	5	7	2	8
8	2	7	3	4	1	6	9	5
1	9	3	5	6	8	2	4	7
2	6	8	7	1	4	5	3	9
5	7	4	9	2	3	1	8	6
3	1	2	8	7	6	9	5	4
7	4	5	1	3	9	8	6	2
9	8	6	4	5	2	3	7	1

## **HELFEN Sie uns als **MITGLIED** und/oder mit Ihrer **SPENDE****

### **Aufnahme – Antrag:**

Ich/Wir beantragen die Aufnahme in den Verein zur Förderung von Früh- und Risikogeborenen DAS FRÜHCHEN e.V.

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ / Ort: \_\_\_\_\_

Telefon: \_\_\_\_\_

Email: \_\_\_\_\_

Ich bin bereit einen Mitgliedsbeitrag von \_\_\_\_\_ € (mindestens 20,- €) im Jahr zu bezahlen. Mit der Abbuchung des Mitgliedsbeitrags bin ich einverstanden. Den Betrag bitte ich/wir von folgendem Konto abzubuchen:

Konto – Nr.: \_\_\_\_\_

BLZ: \_\_\_\_\_

Bank: \_\_\_\_\_

Kontoinhaber: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Ort / Datum / Unterschrift

Der Verein ist gemeinnützig und Spenden sind steuerlich absetzbar. Die Vereinssatzung wird zugeschickt.

Bitte senden Sie die Anmeldung an nachfolgende Adresse:

„DAS FRÜHCHEN e.V.“  
c/o Götz Schweitzer  
Obere Neckarstr. 4  
69117 Heidelberg

# Das Märchen von der dankbaren Maus



Vor sehr vielen Jahren lebte einmal ein armer Mann. Er zog mit seinem Koffer voll Schnürbänder, Knöpfen, Nähnadeln und Spitzen von Dorf zu Dorf und verkaufte den Leuten seine Waren. Die meisten aber kauften ihm nichts ab. So blieb er immer arm und hatte kaum zu essen.

Als er wieder einmal von einem Dorf zum anderen wanderte, kam es durch einen Wald. Am Waldrand setzte er sich hin, zog sein letztes Stück Brot aus der Tasche und fing an zu essen. Plötzlich aber entdeckte er vor sich ein kleines Mäuschen. Das machte Männchen uns sah sehnsüchtig auf sein Brot.

„Armes Kerlchen, hast auch Hunger?“ fragte der Mann und warf ihm von seinem Brot dicke Krümel hin. Er freute sich, wie es dem Mäuschen schmeckte und teilte sein ganzes Brot bis auf das letzte Bröselchen.



„Tut mir leid, jetzt habe ich nichts mehr!“ sagte er zu der kleinen Maus. Doch als er sich umsah, war sie verschwunden.

Das machte den Mann ganz traurig, denn er fand die winzige Maus so lieb und hätte sich gerne noch etwas mit ihr unterhalten.

Doch dann bekam er plötzlich große Augen – so groß wie Kuchenteller. Das kleine Mäuschen kam wieder und schleppte ein blitzendes Goldstück vor seine Füße. Es blinzelte dem armen

Mann an, und – schwupp – war es wieder weg. Der Hausierer hob das Goldstück auf, und vor Freude rollten ihm dicke Tränen über die Backen. Noch nie hatte er so viel Geld gehabt! Gleich ging er in den nächsten Gasthof und bestellte ein gutes Essen. Seit langer Zeit konnte er sich rundum satt essen. Nicht nur einmal, sondern viele, viele Tage lang. Und jedesmal dachte er dankbar an die kleine Maus.





Herausgeber: Verein zur Förderung von Früh- und Risikogeborenen „Das Frühchen e.V.“ Heidelberg

Redaktion: Caputo, Pache, Plodek

Beiträge: Engelhardt, Plodek, Rietdorf, Saladin, Schad, Schweitzer

Bilder: Engelhardt, Plodek, Rietdorf, Saladin

Auflage 500 Stück

Adresse: Frühchen-Post c/o I. Plodek, Karolingerallee 10,  
69181 Leimen

Druck: City - Druck Heidelberg

Bankkonto: Sparkasse Heidelberg  
BLZ: 672 500 20  
Konto-Nr.: 22 10 630