



Pressemitteilung

Freiburg, 18. Dezember 2025

Eröffnung der zentralen Elternschule am St. Josefkrankenhaus: Ganzheitliche Begleitung für werdende und junge Familien

Mit der Eröffnung der zentralen Elternschule im Ärztehaus in der Habsburgerstraße 116 stärkt das St. Josefkrankenhaus sein Angebot für die ganzheitliche Begleitung von Familien und werdenden Eltern. Die Elternschule bündelt sämtliche vorhandenen Angebote rund um Schwangerschaft, Geburt und frühe Elternschaft und schafft einen offenen, warmherzigen und kompetenten Raum für Austausch, Lernen und Begegnung.

Die Elternschule richtet sich an werdende Eltern und Familien aller Konstellationen, unabhängig davon, wo das Kind geboren wird. Unterschiedliche Lebensrealitäten, Familienformen und Bedürfnisse werden gleichermaßen willkommen geheißen. Sie versteht sich als Ort des Austauschs, der Vernetzung und des gemeinsamen Lernens. „Hier können Fragen gestellt, Unsicherheiten geteilt und Erfahrungen ausgetauscht werden – ein Raum, in dem Eltern wachsen und Selbstvertrauen gewinnen können“, betont **Dr. Bärbel Basters-Hoffmann**, Chefärztin der Geburtshilfe, die in ihrem Berufsleben über 13.000 Geburten begleitet hat. „Die enge Anbindung an die Elternschule ermöglicht uns eine ganzheitliche Betreuung von der Schwangerschaft bis ins Familienleben.“

St. Josefkrankenhaus Freiburg
Sautierstr. 1
79104 Freiburg im Breisgau
Tel.: 0761 2711-1
Fax: 0761 7084-239
www.josefskrankenhaus-freiburg.de

Pressekontakt

Thilo Jakob
Pressesprecher
thilo.jakob@artemed.de
Tel.: 01520 9828905



Kursangebot für Schwangerschaft, Geburt und frühe Elternschaft

Das umfassende Kursprogramm begleitet Familien durch alle Phasen von Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett. Für die Vorbereitung auf die Geburt werden klassische Geburtsvorbereitungskurse für Paare, Alleinerziehende und Mehrgebärende angeboten.

Yoga-Kurse ab der 12. Schwangerschaftswoche sowie Akupunktur unterstützen Körper und Geist, lindern Beschwerden und fördern eine entspannte Vorbereitung auf die Geburt. Neben Angeboten wie Beckenboden-Workshops in der Schwangerschaft stehen auch für die Zeit nach der Geburt verschiedene Rückbildungskurse auf dem Programm. Kurse wie Babymassage fördern die frühe Bindung, das Angebot der Craniosakraltherapie kann vorbeugend gegen Erschöpfung der Eltern wirken. Ergänzend werden Stillberatung, Still-Café, Einführung in die Beikost sowie Pflegekurse für Neugeborene angeboten. Weitere Angebote nach der Geburt runden das Programm der Elternschule ab, die aktuell noch nicht ganz barrierefrei, aber mit Unterstützung der Mitarbeitenden erreichbar ist.

Erste Emotionelle Hilfe (EEH)

Beispielhaft für das innovative Angebot der Elternschule steht die Erste Emotionelle Hilfe (EEH). Diese Fachberatung unterstützt Eltern in schwierigen Momenten – etwa bei belastenden Geburtserfahrungen, unruhigen Babys, Schlafproblemen, chronischer Übermüdung oder Erschöpfung im Wochenbett.

Die EEH verbindet sanfte, körperorientierte Methoden mit Erkenntnissen der Gehirn- und Traumaforschung, vermittelt stabilisierende Techniken und stärkt die Bindung zwischen Eltern und Kind. Die EEH-Baby- und Familienambulanz gibt Eltern Sicherheit, Orientierung und praktische Hilfen genau dort, wo sie am dringendsten benötigt werden.



Familienorientierte Geburtshilfe

Die Elternschule ergänzt die umfassenden geburtshilflichen Angebote des Hauses, darunter den hebammengeleiteten Kreißsaal und den Be-Up-Kreißsaal, die eine persönliche, individuelle und sichere Geburt ermöglichen. Als Babyfriendly Hospital (WHO/UNICEF) legt das St. Josefskrankenhaus besonderen Wert auf bindungsfördernde Maßnahmen, Haut-zu-Haut-Kontakt und Stillförderung. Niedrige Kaiserschnittraten und hohe Stillquoten bestätigen die Wirksamkeit der persönlichen, individuellen und interventionsarmen Philosophie.

Informationsangebote

Regelmäßige Informationsabende für werdende Eltern finden jeden ersten Dienstag im Monat um 17:30 Uhr im Casino des St. Josefskrankenhauses statt. Die Veranstaltungen bieten umfassende Einblicke in Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett und Vorsorgeuntersuchungen des Neugeborenen. Offene Fragen können direkt mit den Fachkräften geklärt werden. Die Termine sind auf der Homepage des St. Josefskrankenhauses abrufbar. Zusätzlich begleitet der auch auf Spotify abrufbare Podcast „Kreißsaalplauderei“ Eltern digital durch Schwangerschaft und frühe Elternschaft. Expert:innen beantworten Fragen rund um Schwangerschaftsdiabetes, natürliche Geburt von Zwillingen, Herausforderungen beim Stillen und die frühkindliche Bindung. Alle Kurse und Angebote der Elternschule können online eingesehen und direkt gebucht werden: www.josefskrankenhaus-freiburg.de/geburtshilfe/kursangebot



Über das St. Josefskrankenhaus Freiburg

1886 von den Barmherzigen Schwestern vom hl. Vinzenz von Paul gegründet, ist das St. Josefskrankenhaus heute zentrale Anlaufstelle für die Grund-, Regel- und Spezialversorgung im Freiburger Raum. Neben einer umfassenden Not- und Dringlichkeitsversorgung bietet das akademische Lehrkrankenhaus der Albert-Ludwigs-Universität Freiburg ein breit gefächertes Leistungsspektrum für alle Generationen. Dabei liegt der Fokus auf modernen, innovativen und hochspezialisierten Diagnostik- und Therapieverfahren ebenso wie auf einer individuellen, auf menschliche Zuwendung ausgerichteten Patientenbetreuung. Seit Oktober 2020 gehört das St. Josefskrankenhaus zur Artemed-Gruppe.

www.josefskrankenhaus-freiburg.de