

Wenn Babys schwimmen lernen

Wasserspaß und die damit verbundene Förderung der Entwicklung können schon die Aller kleinsten erleben. Im Bewegungsbad des Kempener Hospitals zum Heiligen Geist bietet Andrea Niederprüm Säuglingsschwimmen an.

VON BIANCA TREFFER

KEMPEN Im Bewegungsbad des Kempener Hospital zum Heiligen Geist sind glucksende Baby laute zu hören und lachende Gesichter von Müttern zu sehen. Dafür sorgt Andrea Niederprüm mit einer Gießkanne und einer gelben Poolnudel. Die hat die lizenzierte Übungsleiterin für Säuglingsschwimmen am Beckenrand positioniert, wobei sie das andere Ende im Wasser festhält. Mit der rechten Hand ist die himmelblaue Kindergießkanne im Ein-

„Wir drehen jetzt die Babys mit dem Gesicht zu uns und - wer möchte - kann kurz eintauchen“

Andrea Niederprüm
Übungsleiterin

satz. Wenn die Mütter mit den Babys unter der gelben Poolnudel hindurchgehen sorgt Niederprüm für den sanften, 33 Grad warmen Gießkannenregen. „Wir drehen jetzt die Babys mit dem Gesicht zu uns und - wer möchte - kann kurz eintauchen, wenn die Babys die Augen beim Gießkannenregen schließen“, sagt die zertifizierte Übungsleiterin. Mütter drehen die Babys in den nächsten Haltegriff, den sie bereits erlernt haben und der Reigen unter der Poolnudel setzt erneut ein. Kaum spüren die kleinen Gesichter die feinen Tröpfchen gehen die Augen zu. Mütter, die den Vorgang genau beobachten, tauchen genau in diesem Moment ihren Nachwuchs einmal kurz ins Wasser.

Kleine Augen reißen voller Er-



Andrea Niederprüm (links) leitet das Babyschwimmen im Warmwasser-Bewegungsbad im Krankenhaus und führt die Übungen mit einer Puppe vor.

FOTO: NORBERTPRÜMEN

staunen auf, wenn es aus dem Sekundentauchgang wieder an die Luft geht. Dabei lachen die Babys. Allen gefällt das kurze Eintauchen ins Wasser eindeutig. Wobei alle Teilnehmerinnen bequem durch das Wasser gehen können. 1,35 Meter zeigt die Leuchte an der Wand an. Dank dem Hubboden können gleich vier verschiedene Tiefen genutzt werden, die von 45 und 90 Zentimeter bis hin zu 1,35 und 1,95 Meter reichen.

Die gewählte Wassertiefe ist für die Mütter beim Babyschwimmen optimal, da sie ihre kleinen Nichtschwimmer schließlich die gan-

ze Zeit tragen müssen. „Säuglingsschwimmen ist in erster Linie eine Wassergewöhnung, damit die Kinder es später leichter haben, wenn sie schwimmen lernen sollen. Dazu kommt natürlich, dass ich durch Übungen im Wasser unter anderem die Motorik und auch den Gleichgewichtssinn der Babys trainiere“, erklärt Niederprüm. Ab einem Alter von drei Monaten empfiehlt die Übungsleiterin das Säuglingsschwimmen. Es gibt dabei rund 17 verschiedene Griffe, wie man Kinder im Wasser bewegen kann. Jeder bietet neue Reize für das Kind.

Der Auftrieb des Wassers sorgt

dafür, dass die Kinder Bewegungen ausführen, die an Land noch nicht möglich sind. Dadurch werden Muskeln gestärkt und eine verbesserte Körperkoordination erreicht. Atmung vertieft sich im Wasser und das Herz-Kreislauf-System wird angeregt. Auch wenn es umgangssprachlich „Babyschwimmen“ heißt bedeutet das nicht, dass die Babys schwimmen lernen. Dazu sind Kinder erst im Alter mit vier bis fünf Jahren in der Lage. Beim Babyschwimmen stehen Wassergewöhnung und die Förderung der kindlichen Entwicklung im Mittelpunkt. „Das Babyschwimmen ist richtig toll. Ich

möchte Alea, die jetzt sieben Monate alt ist, schon früh an das Wasser gewöhnen“, sagt Ramona Kar. Gute Erfahrungen mit der Wassergewöhnung hat Claudia Stosiek schon bei ihrer älteren Tochter gemacht. „Daher machen wir das Babyschwimmen jetzt auch mit Marie mit, die acht Monate alt ist. Wir hoffen, sie wird genauso wasserbegeistert wie ihre Schwester“, erzählt sie.

Andrea Niederprüm hat inzwischen eine Matte ins Wasser gleiten lassen, auf die jede Mutter ihr Kind legt. Den Kontakt am eigenen Kind haltend schieben alle gemeinsam die Matte langsam durch das angenehm warme Wasser. „Die Kinder müssen sich jetzt während der Bewegung auf der Matte ausbalancieren, was den Gleichgewichtssinn fördert“, erklärt Niederprüm, die mehr als nur froh ist, dass der Badverein den Erhalt des Schwimmbades im Krankenhaus ermöglicht hat. Kleine Bäder, in denen Mütter mit ihren Babys unter sich sind, liegen der Übungsleiterin am Herzen.

INFO

Noch freie Plätze in neuen Lehrgängen

Andrea Niederprüm startet in diesem Monat neue Säuglingsschwimmkurse im Bewegungsbad des Krankenhauses an der von Broichhausen-Allee 1. Acht Einheiten kosten 100 Euro. Es sind noch Plätze frei. Nähere Informationen und Anmeldung unter Telefon 0171 5367817 oder www.schwimmspaß-kempen.de.

MELDUNGEN

ADAC prüft die Verkehrssicherheit

KEMPEN (rei) Der mobile Prüfdienst des Allgemeinen Deutschen Automobil-Clubs (ADAC) ist vom heutigen Samstag an bis einschließlich Dienstag, 12. Juni, in Kempen. Am Self-Baumarkt an der Otto-Schott-Straße können ADAC-Mitglieder kostenlos ihr Fahrzeug prüfen lassen. Mitglieder können zwei Tests pro Fahrzeug wählen. Die Prüfanlage ist heute von 9 bis 13 und 14 bis 17 Uhr sowie am Montag und Dienstag jeweils von 10 bis 13 und 14 bis 18 Uhr geöffnet.

Mülhausener Straße: Bauarbeiten beendet

GREFRATH (mab) Die Bauarbeiten auf der Mülhausener Straße in Grefrath sind beendet. Auf dem letzten Teilstück vom Kreisverkehr bis zum Ortseingang wurde lediglich der Radweg erneuert. Nach Angaben von Bauamtsleiter Norbert Enger wurde hier auf die Sanierung der Fahrbahn aus Kostengründen verzichtet, denn dieser Abschnitt sei noch in einem besseren Zustand als das Stück vom Kreisverkehr bis zum Ortseingang Mülhausen.

IHR THEMA?

Darüber sollten wir mal berichten? Sagen Sie es uns!

kempen@rheinische-post.de
02152 2064-22
RP Kempen
rp-online.de/whatsapp

FAX

02152 2064-25

Zentralredaktion

Tel.: 0211 505-2880
E-Mail: redaktionssekretariat@rheinische-post.de

Leserservice

(Abonnement, Urlaubs- und Zustellservice)
Tel.: 0211 505-1111
Online: www.rp-online.de/leserservice
E-Mail: leserservice@rheinische-post.de

Anzeigenservice

Tel.: 0211 505-2222
Online: www.rp-online.de/anzeigen
E-Mail: mediaberatung@rheinische-post.de

ServicePunkt

Medien- und Serviceagentur Bildstein,
Engerstraße 20, 47906 Kempen

RHEINISCHE POST

Redaktion Kempen:
Engerstraße 20, 47906 Kempen; Redaktionsleitung: Andreas Reiners; Vertretung: Heiner Deckers; Feuilleton: Dr. Inge Schmettler.

Für unverlangte Einsendungen wird keine Gewähr übernommen. Es gelten unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen. Die Abonnementgebühren sind im Voraus fällig. Abonnementkündigungen werden nur schriftlich beim Verlag oder einem Service Punkt mit einer Frist von 6 Wochen zum Quartalsende entgegengenommen. Freitags mit prima - Wochenendmagazin zur Zeitung. Zur Herstellung der Rheinischen Post wird Recycling-Papier verwendet.

Anzeige

weekli%
klicken, stöbern, sparen.

Für alle, die beim Einkaufen sparen wollen.

weekli App jetzt kostenfrei runterladen!

Ein Angebot in Kooperation mit RHEINISCHE POST RP ONLINE

Hospital-Läufer für guten Zweck unterwegs

KEMPEN (RP) Einen Euro pro gelaufenem Kilometer – auch in diesem Jahr spendet das Hospital zum Heiligen Geist das beim Kempener Altstadtlauf erlaufene Geld wieder an die Artemed-Stiftung.

Unter dem Motto „Laufend gut versorgt“ starten die Mitarbeiter des Hospitals beim Altstadtlauf am morgigen Sonntag. Nachdem bereits in den vergangenen Jahren jeweils mehrere hundert Euro pro Kilometer für die Hilfsprojekte der Artemed-Stiftung gespendet wurden, wollen die Mitarbeiter des Kempener Krankenhauses auch in diesem Jahr wieder für den guten Zweck laufen und die Summe aus dem Vorjahr sogar toppen.

Damit möglichst viel zusammen kommt, sind alle Besucher des Altstadtlaufes eingeladen, morgen am Hospital-Stand auf dem But-



Artemed-Geschäftsführer Clemens Guth schaut sich das Hilfsprojekt der Klinikgruppe in Tansania an.

FOTO: HOSPITAL

termarkt, „Kilometer zu machen“: Auf zwei vom Sanitätshaus „Active Medical“ gesponserten Laufbän-

dern können Mitarbeiter und Gäste durch ihren läuferischen Einsatz die Hilfsprojekte der Artemed-Stif-

tung in Tansania, Myanmar und Brasilien unterstützen. Derzeit ist eine Gruppe von Mitarbeitern aus Kempen im afrikanischen Tansania, um vor Ort im lokalen St.-Walburgs-Hospital im ländlichen Süden des Landes zu helfen.

35 Hospital-Läufer wollen morgen auf die Strecke durch die Kempener Altstadt gehen. Ihre Motivation ist dabei so unterschiedlich wie die Bereiche, aus denen sie stammen. Vom Hobbyläufer, für den die Devise gilt: „dabei sein ist alles“, bis hin zum passionierten Läufer, der mit sportlichen Höchstleistungen aufzutreten möchte, ist alles vertreten. Und auch „Arti“ ist wieder mit von der Partie, der Hospital- und Artemed-Stoffelefant, der in Lebensgröße auf dem Buttermarkt vor allem bei den kleinen Gästen für gute Laune sorgen soll.



Günstiges für Anspruchsvolle

Luftige Sommerkleider von Braun

in der großen Spezialisten-Auswahl für Sie im 2. Obergeschoss

Comma CHIFFON-KLEID

angenehm leichte Qualität, in Stufenoptik, floraler Druck oder in Uni, Gr: 36-44

129,99

More&More KOFFERKLEID

ärmellos, pflegeleicht, verschiedene Designs mit Blumen und Schleifen Gr. 34-46

89,99

s.Oliver Black Label LEGERES KLEID

Leinen/Viskose-Mischung, aufgesetzte Taschen mit Lochnieten, in Schwarz, Gelb und Pink, Gr: 34-46

119,99

Esprit SPITZENKLEID

bedruckte All-over-Spitze, leichte A-Form, ärmellos, breite Tailenblende, stretchelastisch, Gr: 34-42

79,99

Betty&Co White ETUIKLEID

Baumwollstretch-Qualität, tailliert, ärmellos, in Gelb mit floralem Druck, Gr: 36-46

99,95

Cartoon Daydream KLEID

Hängerehen, Viskosemischung, breite Träger, floraler Druck, verschiedene Dessins, Gr: 36-44

69,99

Apanage
Armed Angels
Betty Barclay
Blueberry
Efixelle
Malvin
Opus
Someday
Taifun
Zalda
... und viele mehr!

Bei Braun finden Sie Sommerkleider der führenden Weltmarken in feinsten Qualitäten und allen aktuellen Formen, Farben und Dessins der Saison.

Lassen Sie sich typgerecht und markenunabhängig beraten. Herzlich willkommen bei Braun – wir freuen uns auf Sie!

Braun

MOERS
im Haus

Das individuelle Mode+Sport-Center