

Geburtsvorbereitung

Geburtsvorbereitungskurs

Der Kurs begleitet Sie über mehrere Wochen in der Schwangerschaft und vermittelt Ihnen die Grundlagen für ein gutes Geburtserlebnis.

Gemeinsam mit anderen Frauen im gleichen Lebensabschnitt wird er sie auf das neue Leben mit Ihrem Kind vorbereiten. Gleichzeitig können Sie sich schon zu einem frühen Zeitpunkt mit anderen werdenden Müttern in der Erfahrung auszutauschen.

Die Stunden bieten Ihnen auch eine gute Möglichkeit, vom Arbeitsalltag, in dem Sie jetzt in besonderer Weise gefordert sind, ein wenig Abstand zu gewinnen und sich in angenehmer Atmosphäre zu erholen.

Im Kurs erhalten Sie vor allem Wissen über die physischen und psychischen Abläufe während der Schwangerschaft, der Geburt und im Wochenbett. Ebenso sind mögliche Komplikationen und deren Behandlung ein Thema.

Das hauptsächliche Ziel Ihrer Geburtsvorbereitung ist es, ihr Körperbewusstsein in der neuen Situation zu fördern, das Selbstvertrauen zu stärken und Ängste zu reduzieren.

Der Kurs ist ein reiner Frauenkurs mit zwei Partnerabenden. (Die Kosten für den Partner betragen 20 € pro Abend und werden nicht von der Krankenkasse übernommen.)

Beginn der nächsten Kurse:

mittwochs von 17:30 Uhr bis 19:30

- 05.07.2017 - 16.08.2017

- 30.08.2017 - 11.10.2017

- 18.10.2017 - 06.12.2017

Anmeldung erforderlich