

Winter/Frühling 26/27

Kursangebote während der Schwangerschaft

Geburtsvorbereitung für Frauen mit zwei Partner/innenabenden • 7mal 120 min.

Unsere Schwangerenkurse sind unser Herzstück in der Hebammenarbeit! Wir möchten Ihnen möglichst viel Sicherheit und Zuversicht mit auf den Weg zur Geburt Ihres Kindes mitgeben. Dabei lassen wir sehr viel Erfahrung in eine bunte Mischung aus für Sie wichtigen Informationen rund um Geburt, Wochenbett und Stillzeit einfliessen. Ganz praktische Übungen zur Wehenverarbeitung, Entspannung und Atemwahrnehmung und der Austausch mit anderen Schwangeren machen diesen Kurs in sich rund und hilfreich.:
Da wir Hebammen die Geburtsbegleitung der Schwangeren durch ihre Partner/innen sehr wertschätzen, bilden zwei Partner/innenabende einen für uns ganz wichtigen Schwerpunkt in unseren Geburtsvorbereitungskursen. Es darf gerne auch eine andere Person Ihres Vertrauens mitgebracht werden.

Kursgebühr: Kassenleistung Partnergebühr: 2 Termine: 90 €

Mit der Hebamme Ruth Blessing

Dienstag	24.Nov.	bis 22. Dez.	17:00-	19:00Uhr
Dienstag	23.Feb.	bis 23.März27	17:00-	19:00Uhr
Dienstag	1.Juni	bis 29.Juni27	17::00-	19:00Uhr

"Ganz - schön - rund" - Geburtsvorbereitung für Frauen, die schon Kinder haben • 7 mal 120 min.

Eine unserer Wohlfühl-Mischungen aus Bewegungsübungen, Atem- und Körperwahrnehmung, Entspannung und Massagen. Unser Körper weiß, wie Gebären geht. Zu diesem unserem Körperwissen

wollen wir in entspannter und sinnlicher Atmosphäre Zugang finden. Der Kurs beinhaltet Elemente aus dem Tai Chi, der Rückenschule und dem Yoga. Gespräche und Austausch zu allen Themen des Schwangerseins runden den Kurs ganzheitlich ab. Der Kurs wendet sich an sowohl Frauen, die ihr erstes Kind bekommen und zusätzlich zur Geburtsvorbereitung noch tieferesVertrauen in ihren Körper gewinnen wollen, als auch an Frauen, die das 2., 3., 4..... Kind bekommen und nicht mehr so viel Theorie für den Kopf brauchen, sondern lieber den Körper genährt haben wollen.

Kursgebühr: Kassenleistung

Mit Heike Teller nbsp] • Hebamme

Mittwoch weitere Termine ab Frühling '27

Einzelgeburtsvorbereitung ab der 25.Schwangerschaftswoche

Speziell abgestimmte Geburtsvorbereitung (mit ärztlichem Attest) für Schwangere, die aus medizinischen Gründen nicht an einem Gruppenkurs teilnehmen können. Des Weiteren richtet sich die Einzelgeburtsvorbereitung auch an Paare oder Schwangere, die aus persönlichen Gründen eine individuelle geburtsvorbereitende Betreuung wünschen. In diesem Fall übernehmen die Krankenkassen die Kosten nicht.

Nehmen Sie Kontakt mit uns auf!