



GEBURTSPREBEREITUNG AM WOCHENENDE

GEBURTSPREBEREITUNGSKURS FÜR PAARE

Themen des Kurses werden sein:

- Wie verändert sich der Körper in der Schwangerschaft und wie bereitet er sich selbst auf die Geburt vor. Was können Sie als Paar vorbereitend machen.
- Wie können sie auf natürliche Weise, mit den Geburtswehen umgehen und was sind geburtsfördernde und erleichternde Positionen und Massnahmen.
- Was kann ihre Aufgabe als Partner bei der Geburt sein, und wie können sie Positiv ihre Partnerin unterstützen.
- Wie sind die ersten Stunden / Tage mit Ihrem Neugeborenen und was ist in dieser besonderen Zeit wichtig.
- Stillen: Die natürliche Fortsetzung nach der Schwangerschaft.
- Was bedeutet Wochenbett und wie verändert sich der Alltag.

Es wird auch genügend Raum und Zeit sein, um Ihre Fragen rund um Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett zu beantworten.

Samstag 9 Uhr – 15 Uhr; Sonntag 10 Uhr – 15 Uhr (mit Pause)

Der Kurs kostet CHF 300.00 für Paare. Ihre Krankenkasse übernimmt einen Teil des Betrages.

Weitere Informationen und Anmeldung: Ivonne Max, Hebamme
www.beleghebammen.ch, ivonne@beleghebammen.ch oder Mobil 0799535813

Die Daten 2020

Februar: Samstag **01.02.2020** und Sonntag **02.02.2020**

Mai: Samstag **16.05.2020** und Sonntag **17.05.2020**

August: Samstag **29.08.2020** und Sonntag **30.08.2020**

November: Samstag **28.11.2020** und Sonntag **29.11.2020**