



Geburtsvorbereitungskurse für Frauen (8x 1,75 Std.)

Die Geburtsvorbereitungskurse sind eine Kombination aus Fachinformation, körperlicher Vorbereitung und der Möglichkeit des Austausches in der Gruppe.

Die Kurse beinhalten Übungen zur Körperwahrnehmung, Atmung und Entspannung. Wir zeigen unterschiedliche Gebärhaltungen und Massagetechniken, die die Geburtsarbeit erleichtern können. Darüber hinaus werden Themen wie Schwangerschaftsbeschwerden, Wochenbett, Ernährung und Bedürfnisse des Neugeborenen etc. besprochen.

Die werdenden Väter können - je nach Teilnehmerwunsch - an einem oder mehreren Abenden am Kurs teilnehmen. Die Absprache erfolgt im Kurs.

Die Kursgebühren der Frauen werden von den Krankenkassen übernommen.

Dienstags	Uhrzeit
03.01.2012 bis 21.02.2012	17:45 – 19:30
06.03.2012 bis 24.04.2012	17:45 – 19:30
15.05.2012 bis 03.07.2012	17:45 – 19:30
17.07.2012 bis 04.09.2012	17:45 – 19:30
25.09.2012 bis 13.11.2012	17:45 – 19:30

Änderungen vorbehalten

Wochenend- Geburtsvorbereitungskurse für Paare (2x 6 Std.)

Für viele werdende Eltern ist es aus beruflichen Gründen häufig nicht möglich, über mehrere Wochen einen Geburtsvorbereitungskurs zu besuchen. Für solche Paare bieten wir diese Kurse an. Die Themen in diesen Kursen sind, wie oben beschrieben.

Die Kurse finden am Samstag und Sonntag statt- natürlich mit Pausen.

Die Kursgebühren der Frauen werden von den Krankenkassen übernommen.

Samstag und Sonntag	Uhrzeit
14.01.2012 bis 15.01.2012	10:00 - 16:00
14.04.2012 bis 15.04.2012	10:00 - 16:00
14.07.2012 bis 15.07.2012	10:00 - 16:00

weitere Termine auf Anfrage // Änderungen vorbehalten

Fabi Bocholt www.fabi-bocholt.de

Die Kurse finden statt in der Hebammenpraxis *Die Muschel* Lankerner Str. 42
in Bocholt.

Info

Monika Heßler

Tel. (02871) 2354576