

GEBURTSVORBEREITUNG



Liebe „Mama to be“, lieber „Papa to be“

Ein Geburtsvorbereitungskurs bietet die Möglichkeit in einem privaten Rahmen über Themen zur Schwangerschaft, Geburt sowie die Zeit nach der Geburt zu sprechen. Wir können an den 3 Abenden auf eure Fragen eingehen und somit Unsicherheiten bzw. Ängste aus dem Weg schaffen.

Da es oft leichter ist im kleineren Rahmen Fragen zu stellen, findet der Kurs als Frauenkurs statt, wobei der letzte Kursabend als Partnerabend (jedoch kein muss) gestaltet wird.



Folgende Themen werden unter anderem besprochen:

- Schwangerschaftsbeschwerden- was hilft?
- Geburtsvorbereitende Maßnahmen
- Wann geht es los? Was tun bei Wehen, Blasensprung, etc.
- Geburtsphasen
- Wochenbett- Die Zeit nach der Geburt
- Ernährung des Säuglings/ Stillen
- Babypflege

Mitzubringen: Yogamatte

Anmeldung erforderlich!

Termine:	Di. 03.11.2020	jeweils	19:00-21:00 Uhr
	Mi. 11.11.2020		
	Di. 17.11.2020 (Partnerabend)		
Kosten:	€ 110,00 pro Mutter/Paar		
Ort:	Eltern-Kind-Zentrum Peuerbach Bruck an der Aschach 19/7, 4722 Peuerbach		
Leitung:	Iris Wagner, (BSc Wahlhebamme)		
Anmeldung:	07276 / 29286 oder office@elkiz.at		