

GEBURTSVORBEREITUNG

für Paare – für die Geburt, das Wochenbett und die Stillzeit

Wann?

Montagabend

18.30 – 21.30 Uhr

2 Abende

Daten unter

frauenpraxis-thun.ch

rundum-hebamme.ch

Wo?

Frauenpraxis Thun

Bälliz 64

3600 Thun

3. Stock

Bei wem?

Kathrin Bürgin

dipl. Hebamme FH

Kosten?

CHF 300.– pro Paar

mind. CHF 150.– werden aus der Grundversicherung rückerstattet.

EIN NEUES KAPITEL ENTSTEHT

Ob zum ersten Mal oder erneut – ein grosses Abenteuer wartet auf euch. Wir machen euch gemeinsam bereit für die Geburt, das Wochenbett und die Stillzeit. Hier erfahrt ihr, wie ihr die Geburt und das Wochenbett selbstbestimmt, stark und als Team zusammen meistert.

DAS ERWARTET EUCH IM KURS

- Vorbereitung auf Geburt, Wochenbett und Stillzeit
- Geburt verstehen: Was passiert wann?
- Aktives Mitgestalten der Geburt, Umgang mit Schmerz
- Echte Unterstützung: was der Partner / die Partnerin im Gebärraum tun kann
- Praxis statt Theorie: Massagen, die wirklich helfen; Positionen, die den Weg erleichtern
- Stillen leicht gemacht: das erste Anlegen soll gelingen, Bonding
- Wochenbett: wie ihr die ersten Wochen als starkes Team so entspannt wie möglich angeht
- Fragen und Austausch

Meldet euch an bei:

Kathrin Bürgin

Telefon **079 481 02 03**

E-Mail **kathrin@rundum-hebamme.ch**

Web **www.rundum-hebamme.ch**