



Geburtsvorbereitung für Paare

Kurs / Workshop

Geburtsvorbereitung für Paare

In diesem Kurs werden alle wichtigen Themenbereiche rund um die Geburt angesprochen. Wir wollen die werdenden Eltern ermutigen, sich auf die Geburt und den neuen Lebensabschnitt bewusst einzulassen und so das eigene Geburtsgeschehen aktiv mitzugestalten. Hierzu findet sich jeweils eine Gruppe aus ca. acht Paaren für sieben gemeinsame Abende sowie ein Treffen nach der Geburt zusammen. "Durch ein gestärktes Selbstvertrauen in meine Möglichkeiten lerne ich: Mein Körper kann unser Kind gebären. Mein Körper weiß, was er braucht. Ich kann auf meinen Körper hören und auf seine Signale reagieren. Ich weiß, wie sich mein Körper am besten entspannen kann." Die Spannweite der behandelten Themen umfasst neben Atemwahrnehmung, Körpersensibilisierung, Entspannungsübungen und Massagen auch die Auseinandersetzung mit dem Geburtsablauf und verschiedenen Geburtspositionen, den Umgang mit Schmerz, Sorgen, Ängsten und Bedürfnissen. Gespräche über Stillen und Wochenbett, das Leben mit dem Neugeborenen und Veränderungen in der Partnerschaft kommen nicht zu kurz.

Was?

Art des Angebots

Kurs / Workshop

Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

Alter des Kindes

vor der Geburt

Wann?

Termin(e)

Bezüglich aktueller Termine, informieren Sie sich bitte auf der Webseite des Anbieters.

Angebotstermin

Dauerhaftes Angebot

Wo?

Familienforum Katharina

Mozartstraße 26
59423 Unna

Anmeldung

Ja

Weitere Angaben zur Anmeldung

Anmeldung unter tel.: 02303 / 100 2848 oder per
E-Mail: elternschule@hospitalverbund.de

Durchführende Organisation

Familienforum Katharina

Mozartstraße 26
59423 Unna

Name Kontaktperson

Kirstin Kettrup

Telefon

02303 100 2848

Email

familienforum@hospitalverbund.de

Link Anbieter

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

Alle Angebote dieses Anbieters

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)

Trägerschaft

Katharinen-Hospital gGmbH

Obere Husemannstraße 2
59423 Unna

Art des Trägers

Freier Träger (privat-gewerblich)

Telefon

02303 100 0

Email

info@katharinen-hospital.de

Link Träger

[Weiter zur Homepage des Trägers](#)