

## Geburtsvorbereitung für Frauen mit einem Partnerabend

Herzlich willkommen zu dem Geburtsvorbereitungs Kurs für Frauen mit Partnerabend.

Der Kurs findet am Mittwoch an 5 Terminen von 17.00 bis 19.50 Uhr statt, insgesamt sind es 14 Stunden. Am 4. Termin kann der Partner oder eine Begleitperson teilnehmen.

Die Schwangerschaft und die Geburt eines Kindes sind ganz besondere Momente. In dieser Zeit ergeben sich viele Fragen und Wünsche, ein Geburtsvorbereitungskurs dient der Vorbereitung auf diesen neuen Lebensabschnitt.

Inhaltlich gibt es viele Informationen und praktische Übungen zu:

- Schwangerschaft
- Geburtsbeginn, Wehen, Gebärpositionen
- Atmung und Entspannung
- Umgang mit Schmerzen, Schmerzmittel
- Stillen, Babypflege, Tragehilfen
- Naturheilkunde für Schwangere und Säuglinge
- Unterstützung durch den Partner/Begleitperson bei der Geburt
- Kontakte knüpfen zu anderen werdenden Eltern

Bitte melden Sie sich frühzeitig an.

Die Kosten für die Frauen werden von der Krankenkasse übernommen, der Partnerabend mit 2,8 Stunden kostet 20,- Euro und wird von einigen Kassen zurück erstattet.

*Kursleitung: Anne Glaser, Hebamme und Heilpraktikerin*

### **Ein Angebot von:**

Elternschule Bremen Mitte

### **Veranstaltungsort:**

Elternschule im Klinikum Bremen-Mitte

### **Adresse:**

Sankt-Jürgen-Straße 1

28205 Bremen

### **Ansprechperson:**

Anne Glaser

### **Telefon:**

0421 49 19 143

### **E-Mail-Adresse:**

[anneglaser2@web.de](mailto:anneglaser2@web.de)

### **Internetadresse:**

[www.gesundheitnord.de/veranstaltung/geburtsvorbereitung-am-klinikum-bremen-mitte-kursleitung-anne-glaser.html](http://www.gesundheitnord.de/veranstaltung/geburtsvorbereitung-am-klinikum-bremen-mitte-kursleitung-anne-glaser.html)

### **Nächste Termine:**

Termine bitte erfragen

### **Anmeldungsinfo:**

Anmeldung erforderlich

**Kosten:**

siehe Beschreibung