



Geburtsvorbereitung mit Hebamme Tanja König

- Geburtsvorbereitung für Frauen
- Geburtsvorbereitung für Paare
- Geburtsvorbereitung am Wochenende

Themen

- Tipps und Tricks bei Schwangerschaftsbeschwerden sowie Übungen zur besseren Körperwahrnehmung und zum gesteigerten Wohlbefinden
- Ausführliche Informationen und Gespräche über Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett
- Atemübungen zur Geburtserleichterung
- Erfahren und Erproben zahlreicher Geburtspositionen
- Vorbereitung auf die Stillzeit

Wo: Kursraum im 3. OG des Johanniter-Krankenhauses Geesthacht

Wann: Frauenkurs mit Partnerabend mittwochs von 17:00 bis 19:00 Uhr, Paarkurs mittwochs von 19:00 bis 21:00 Uhr, Paarkurs am Wochenende

Kurstermine: die Kurstermine erfahren sie über den Link zur Anmeldung

Umfang: Sieben mal zwei Stunden

Telefonnummer: 0160- 7269955; nur für Rückfragen, nicht für die Anmeldung

Anmeldung: die verbindliche Anmeldung erfolgt bitte über den QR Code oder folgenden link:

[Anmeldung \(hebammen-betreuung.de\)](https://hebammen-betreuung.de)

