



CHRISTINA
HOFMANN
Hebammen

Geburtsvorbereitungskurs

Der Geburtsvorbereitungskurs besteht aus 14 Stunden, die sich auf 7 x 120 Minuten aufteilen.

Ziel ist es, Sie über die natürlichen Abläufe einer Geburt zu informieren, Ihnen Ängste zu nehmen und das Vertrauen in Ihre Fähigkeiten gebären zu können, zu stärken.

Es gibt reichlich Informationen über Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett. Wir besprechen den „normalen“ Geburtsverlauf, eventuelle Sonderfälle, wie z. B. Kaiserschnitt, die unterschiedlichen Gebärpositionen, und Möglichkeiten der Schmerzlinderung. Atemtechniken, Entspannungsübungen, Körperarbeit und Phantasiereisen gehören ebenfalls zum Kurs. Sie werden auf das Stillen vorbereitet und erfahren die wichtigsten Basics über Babyhandling und -Pflege.

Kosten:

Die Kosten für die gesetzlich versicherten Schwangeren werden von den Krankenkassen direkt übernommen. Für versäumte Kursstunden müssen Sie die Kosten selbst tragen, da sie von den Krankenkassen nicht übernommen werden. Privat versicherte Frauen erhalten am Kursende eine Rechnung.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Socken und Schreibutensilien mit.

Zinkenweg 6
78628 RW-Hausen
Fon 0741-1755655
Mobil 0175-8730935
info@hebamme-christinahofmann.de
www.hebamme-christinahofmann.de