

Inhalte zu den Geburtsvorbereitungskursen

Geburtsvorbereitungskurs für Paare

Wir geben Ihnen die Möglichkeit sich in unserem Geburtsvorbereitungskurs auf die Geburt Ihres Kindes einzustimmen. Wichtig ist uns, Ihr Vertrauen in sich selbst zu stärken und den eigenen Wahrnehmungen zu folgen.

Wir werden Ihnen ein Bild von den Abläufen bei der Geburt und der Zeit danach vermitteln.

Da bei der Geburt (auch im Alltag) Entspannungs- und Atemtechniken hilfreich sind, werden wir Sie damit vertraut machen und gemeinsam daran arbeiten.

Beim Kennenlernen von Geburtspositionen und Massagen können Sie als Paar miteinander Erfahrungen sammeln. Dabei wird klarer, wie Ihr Partner Sie in der Geburtsarbeit unterstützen kann.

Die Themen: Wochenbett, Stillen und das Sein mit dem Baby machen die Vorbereitung auf das kommende Ereignis rund.

Wir leiten Sie an, sich spielerisch Ihres Familienbildes und Ihren Vorstellungen über die Elternschaft bewusst zu werden und geben Ihnen Raum sich auszutauschen.

Unsere Kurse richten sich an alle werdenden Eltern, unabhängig vom Geburtsort.

Wir freuen uns auf Sie!

Susanne Grünhagen und Anja Tatschke

Geburtsvorbereitungskurs für Frauen ab dem 2. Kind

Wir bereiten Sie auf die bevorstehenden Anforderungen rund um die Geburt vor, unabhängig davon, ob Sie im Geburtshaus Maja, zu Hause oder in der Klinik Ihr Kind zur Welt bringen werden.

Sie sind eingeladen, in diesem Kurs Ihre Erfahrungen einzubringen und sich mit anderen schwangeren Müttern auszutauschen.

Im Vordergrund werden die Veränderungen in der jetzigen Familie stehen.

Es besteht die Möglichkeit, die vorherigen Geburts- und Wochenbeterfahrungen zu reflektieren um damit den eigenen Weg zu finden.

Grundlegende geburtsvorbereitende Themen fließen in den Kurs ein:

- Atmen und Entspannen
- Innere Reise zum Kind
- Umgang mit Wehen und Schmerzen
- Phasen der Geburt
- Geburtspositionen
- Vorbereitung des Wochenbettes
- Stillen
- Vorbereitung der Geschwisterkinder

Es ist möglich, einen Kursabend für Sie und Ihren Partner in der Gruppe zu organisieren.

Wir freuen uns auf Sie!

Susanne Grünhagen und Anja Tatschke

K o n t a k t

Hebamme Anja Taschke
Telefon: 0177 - 444 10 65
Email: anja.tatschke@web.de

Hebamme Susanne Grünhagen
Telefon: 485 63 23
Email: hemmhagens@hotmail.com

Für weitere Fragen stehen wir Ihnen selbstverständlich gerne zur Verfügung !!!!!