



# Geburtsvorbereitung

Ein Wochenendkurs für Paare

Unabhängig vom Temperament des Kindes löst die Geburt eines Babys immer eine Fülle von Veränderungen aus. In diesem Kurs geht es außer um die Vorbereitung auf die Geburt auch um die Vorbereitung auf euer Elternsein.

*Aus dem Inhalt:*

**Freitag von 18.30 Uhr bis 20.45 Uhr**

Ankommen, Kennenlernen, erstes Erkennen der Grundlagen einer Geburt

**Samstag von 9.30 Uhr bis 17.00 Uhr**

Atmung, Umgang mit Wehen, Anatomie des Beckens,  
Physiologie des Gebärens, weibliche Intuition, Beckenboden  
Geburt aus männlicher Perspektive

**Sonntag von 9.30 Uhr bis 16 Uhr**

Geburt und Wochenbett, Stillen, Elternsein



*Kosten:*

**Frauen**

gesetzliche Krankenversicherung: 100 % der Kosten werden erstattet  
private Krankenversicherung: bei der Krankenkasse nachfragen, abhängig vom abgeschlossenen Vertrag

**Männer**

gegen Vorlage der Quittung, Erstattung möglich, doch für deine Krankenkasse nicht zwingend, auch hier, fragen.

**SelbstzahlerInnen: 140€**

*Anmeldung: [www.schmittendorf.de](http://www.schmittendorf.de)*