

## Geburtsvorbereitung für Paare Geburtsvorbereitung für Paare

### Inhalt:

- Schwangerschaftsbeschwerden und Umgang mit ihnen
- Phasen der Geburt und Geburtsmechanismus kennenlernen
- Hilfe des Mannes bei der Geburt
- Spannung, Entspannung erkennen können
- Verschiedene Arten von Atmung ausprobieren
- Geburtspositionen
- Wochenbett, Stillen
- die erste Zeit zu dritt

**Leitung:** Anna Miksics, Hebamme Kaiser Franz Josef-Spital

**Termine:** Kurs 1: 19.08./26.08./02.09. 2017 10.00-13.00 Uhr  
Kurs 2: 7.10./14.10./21.10. 2017 10.00-13.00 Uhr  
Kurs 3: 04.11./11.11./18.11. 2017 10.00-13.00 Uhr  
Kurs 4: 03.02./10.02./17.02. 2017 10.00-13.00 Uhr

**Ort:** FEM Süd

**Beitrag:** € 120,-/Paar/3 Termine

**Anmeldung:** telefonische Anmeldung unter 0660/21 21 690