

## Geburtsvorbereitung für Paare

Kurs / Workshop

### Geburtsvorbereitung für Paare

In unserem familienorientierten Verständnis möchten wir das gemeinsame Erleben von Schwangerschaft, Geburt und Elternschaft unterstützen. Wir möchten das Paar auf eine selbstbestimmte und aktive Geburt vorbereiten und in die Elternschaft begleiten, denn in dieser Lebensphase werden neue Weichen für den weiteren Lebensweg aller gestellt.

Die Inhalte:

- Praxisbezogene Informationen
- Kennenlernen verschiedener Geburtspositionen
- Übungen, welche die Wahrnehmungsfähigkeiten stärken und stabilisieren
- Entspannung und Atem-Erfahrung
- Thema "Sanfte Geburt"
- Stillen
- Wochenbett
- Säuglingspflege
- Gespräche in der Gruppe



### Was?

#### Art des Angebots

Kurs / Workshop

#### Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

#### Alter des Kindes

vor der Geburt

### Wann?

#### Termin(e)

Der Kurs findet dienstags oder mittwochs statt, 7 mal  
19.30-21.30 Uhr.

### Wo?

#### Elternschule Raum1

Vinzenz-Pallotti-Straße 24  
51429 Bergisch Gladbach

## Trägerschaft

### **Gemeinnützige Gesellschaft der Franziskanerinnen zu Olpe mbH**

Maria-Theresia-Str. 42 a  
57462 Olpe

#### **Telefon**

02761 92 65 0

#### **Email**

[kontakt@gfo-online.de](mailto:kontakt@gfo-online.de)

#### **Link Träger**

[Weiter zur Homepage des Trägers](#)