



## **Vorbereitung auf Geburt und Elternschaft** **Für alle, die in "GUTER HOFFNUNG" sind**

- \* Veränderungen des Körpers während der Schwangerschaft
- \* Die letzte Zeit der Schwangerschaft
- \* Körperwahrnehmung, Atemübungen
- \* Die Geburt und Stillen
- \* Pflege rund um den Säugling
- \* Sichere Eltern-Kind-Bindung
- \* Wochenbett: Ankunft und Kennen-Lern-Zeit für die Familie, Eltern werden-Eltern sein
- \* Ernährung in der Schwangerschaft und Stillzeit



**7 teiliger Kurs, Beginn am:**

**14. September 2023 um 17:00 Uhr**

**Dieses Angebot ist kostenlos!**

Telefonische Anmeldung bitte unter 0676 / 866 400 91  
bis spätestens 12.09.2023 bzw. so lange Plätze frei sind

Auf Ihr Kommen freut sich  
das **Eltern-Beratungs-Zentrum Fernitz**