



Hypnobirthing (Mauenheim)

Kurs / Workshop

Hypnobirthing (Mauenheim)

Die Erfahrung ein Kind zu gebären prägt das gesamte Leben.

In unserer westlichen Hightech-Gesellschaft ist die Geburt zu einem komplizierten Prozess geworden, der bei vielen Schwangeren Angst auslöst. Die ständigen Warnungen vor möglichen Komplikationen und Schmerzen bei der Geburt verunsichern viele werdende Mütter.

Der Kurs bietet Aufklärung über die körperlichen Abläufe, wie diese von Furcht verändert werden und zeigt auf, welche Mechanismen der weibliche Körper bereit hält, um die Geburt zu einem sanften und friedlichen Erlebnis werden zu lassen. Er beinhaltet verschiedene Übungen und Techniken, die der Mutter helfen die Entspannung während der Geburt aufrechtzuhalten, sie und das Baby optimal zu versorgen und Wohlbefinden und Zuversicht zu fördern. Der Geburtsbegleiter (meist der Vater) hat dabei eine besondere Rolle, welche im Kurs entsprechend berücksichtigt und wertgeschätzt wird: Er schützt die Geburtsatmosphäre und dient als Anker und vertraute Person für die Frau. Er wird außerdem aktiv in den Bindungsprozess zum Kind einbezogen.

HypnoBirthing ist ein ganzheitliches Programm zur Vorbereitung auf eine selbstbestimmte Geburt – so, wie die Natur sie vorgesehen hat.



- 6 x 2 Stunden über einen Zeitraum von 6 Wochen, jeweils in der Zeit von

- 500 € (inkl. Partner*in)
- Max. 6 Paare
- Die Teilnahme ist auch ohne Partner*in möglich, bestenfalls ist die geburtsbegleitende Person (auch Partnerin, Mutter, Freundin etc.) auch im Kurs dabei
- Weitere Infos auch unter www.mamae.de

Über mich:

Ich bin Katharina (* März 1986), habe zwei Kinder geboren und bin seit 2014 HypnoBirthing Kursleiterin, Trageberaterin und artgerecht Coach.

Die Geburtsvorbereitungskurse sind meine Herzensangelegenheit, da ich mir wünsche, dass alle Frauen angstfreie und stärkende Geburten erleben dürfen.

Ich freue mich auf Euch!

Was?

Art des Angebots

Kurs / Workshop

Link zum Angebot

[Weiter zum Angebot](#)

Kursleitung/Ansprechperson

Katharina Rechenberg

Alter des Kindes

vor der Geburt

Wann?

Termin(e)

Kurs 1: Di, 07.01 - 11.02.2025

Kurs 2: Di, 18.02 - 01.04.2025

Kurs 3: Di, 29.04 - 03.06.2025

Kurs 4: Di, 10.06 - 15.07.2025

Uhrzeit: 20:00 - 22:00 Uhr

Angebotstermin

Von 07.01.2025 (Uhr) bis 10.06.2025 (Uhr)

Wo?

Kölner Geburtshaus e.V.

Bergstraße 36
50739 Köln

Anmeldung

Anmeldung erforderlich

Ja

Weitere Angaben zur Anmeldung

Anmeldung über unserer

Homepage <https://geburtshaus-koeln.de/>

Frühe Hilfen 

Link zur Anmeldung

[Weiter zur Anmeldung](#)

Kosten des Angebots

500€ (6 Termine)

Durchführende Organisation

Kölner Geburtshaus e.V.

Bergstraße 36
50739 Köln

Telefon

0221 - 1680 0730

Email

info@koelner-geburtshaus.de

Link Anbieter

[Weiter zur Homepage des Anbieters](#)

Alle Angebote dieses Anbieters

[Andere Angebote dieses Anbieters](#)

Trägerschaft

Art des Trägers

Freier Träger