



## Geburtsvorbereitung kompakt (Erst- und Mehrgebärende) - (Nippes)

Kurs / Workshop, Gruppenangebot

### Geburtsvorbereitung kompakt (Erst- und Mehrgebärende) - (Nippes)

Dieser Wochenendkurs bietet eine intensive Vorbereitung auf die Geburt. Vielfältige Informationen zu Geburt, Wochenbett und dem Leben mit dem Baby sind wesentliche Elemente des Kurses. Atem- und Entspannungsübungen, richtige Körperhaltung sowie unterstützende Massagen sind die praktischen Elemente des Kurses. Schwangerschaft und Geburt sind tiefe Lebenserfahrungen, auch für die Partner\*innen. Dem Abenteuer Geburt und Elternschaft informiert zu begegnen hilft dabei, diese Zeit bewusst und vertrauensvoll zu erleben. Die Rolle von Partner\*innen bei der Geburt und in der Zeit danach sind ebenfalls Thema.



Kostenerstattung für Schwangere durch die Krankenkasse, Partner\*in/Begleitperson: 145,00 €

**Bitte achten Sie bei Buchung des Kurses darauf, dass bei Beenden des Kurses /letzter Kursstunde die 37. SSW nicht überschritten ist.**

## Wann?

### Termin(e)

WE Januar: 18./19.01.2025 WE Februar: 15./16.02.2025  
WE März 1: 15./16.03.2025 WE Mai: 10./11.05.2025 WE  
Juni: 14./15.06.2025 WE Juli: 12./13.07.2025 WE  
August: 16./17.08.2025 WE September: 13./14.09.2025  
WE Oktober: 11./12.10.2025 WE  
November: 15./16.11.2025 WE  
Dezember: 06./07.12.2025

### Angebotstermin

Von 02.12.2024 ( Uhr) bis 06.12.2025 ( Uhr)

## Wo?

### Kölner Geburtshaus e.V.

Bergstraße 36  
50739 Köln

## Trägerschaft

### Art des Trägers

Freier Träger