

# Geburtsvorbereitungskurs

für Schwangere inkl. 2 Partnerabenden

## Geburtsvorbereitungskurs

### 7 Termine - im Startpunkt Königsbau -

Der Kurs vermittelt Informationen zu den Themen Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett. Durch Übungen und kleine Workshops findet eine optimale Vorbereitung auf die Geburt und die Zeit drum herum statt. Im Fokus stehen Achtsamkeit, emotionale Vorbereitung und fachliche Informationen. Jede Stunde enthält auch eine kleine Entspannungsphase.

Bei den zwei Partnerabenden lernt die Begleitperson (Partner, Mutter, Großmutter, Schwester, Freundin) wie sie die werdende Mutter unterstützen kann und welche Aufgaben auf sie zukommen. Ebenso erhalten Sie Informationen zu Themen wie Krankenhaus, Elterngeld, Elternzeit und Babyhandling.

- 7 Termine á 90 Minuten inkl. 2 Partnerabenden (Person, die zur Geburt begleitet)
- **Montag abends, 19:30 bis 21:30 Uhr**
- **08.02. / 15.02. / 22.02. / 01.03. / 08.03. / 15.03. / 22.03.2021**
- im Startpunkt Königsbau
- bitte mitbringen: bequeme Kleidung, evtl. warme Socken, Krankenkassenkarte
- Durchführung von Hebamme Leonie Wagner
- Übernahme der Kosten der Frau durch die gesetzliche Krankenkasse.  
Partnergebühr 80€ (manche Kassen übernehmen auch die Partnergebühr, bitte anfragen) In besonderen Situationen ist eine Übernahme der Partnergebühr durch den Startpunkt Königsbau möglich. Bitte sprechen Sie uns an!

Anmeldung unter der Email [start.koenigsbau@konstanz.de](mailto:start.koenigsbau@konstanz.de).

Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen, deswegen halten wir die Hygienevorschriften und Mindestabstände ein.

Wir freuen uns auf Sie

**Leonie Wagner & Silke Mahn**



**Königsbau**

Anlaufstelle rund um  
Geburt und Eltern sein

**Startpunkt Königsbau**

Im Familienzentrum Stockacker

Am Pfeiferhölzle 6, 78464 Konstanz  
Tel: 0178/5268225 u. 07531-36579-10

Ansprechpartnerin: Silke Mahn  
[start.koenigsbau@konstanz.de](mailto:start.koenigsbau@konstanz.de)

[www.startpunkt-leben.de](http://www.startpunkt-leben.de)

Gefördert vom:

