**Online**

**Geburtsvorbereitungskurs**



 **ab Freitag, 12.11.2021**

**16.45 – ca. 19.00 Uhr**

**6 Treffen**

**mit der Hebamme Andrea Jahreiß**

Entspannt und gut informiert in die Geburt gehen. Welche schwangere Frau wünscht sich das nicht? Besonders beim ersten Kind sind aber oft einige Fragen und Unsicherheiten da.

Die erfahrene Hebamme Andrea Jahreiß gibt in den sechs Kurseinheiten viele wertvolle Informationen rund um den weiblichen Körper, die Geburt und die ersten Wochen mit dem Baby. Auch Atemtechniken und Entspannungsübungen werden praxisnah vermittelt. Für Fragen ist immer Zeit.

Das Angebot ist kostenlos, da die Krankenkasse die Kosten übernimmt.

Der Kurs wird bequem und sicher über die Videokonferenz-Plattform „Zoom“ angeboten.

Anmeldung im Mittendrin unter 09642/7033800 oder team@mittendrin-kemnath.de