



Ganzheitliche Schwangerenbegleitung

Gruppenangebot für schwangere Frauen

In der Schwangerschaft setzen sich Frauen und ihre Partner immer wieder mit der bevorstehenden Geburt auseinander. Es ist eine Zeit umfassender Veränderungen, die Fragen, widersprüchliche Gedanken und Gefühle aufwerfen können. Zu früheren Zeiten wurde traditionelles Wissen über Schwangerschaft und Geburt von Generation zu Generation weitergegeben. Da wir heute nicht mehr in Großfamilien leben, durch die veränderten Lebensbedingungen und die Verlagerung der Geburten in die Krankenhäuser ist altes, intuitives Wissen verloren gegangen. In diesem Kurs werden medizinisch-wissenschaftliche Erkenntnisse mit dem ursprünglichen, intuitiven Wissen verbunden und vermittelt. Mit der „Ganzheitlichen Schwangerenbegleitung“ ermutige ich Frauen ihren Fähigkeiten zu vertrauen und lade ein, die wahre Kompetenz des weiblichen Körpers kennenzulernen.

Kursinhalte u.a.:

- Informationen u.a. über ganzheitliche Aspekte der Schwangerschaft und Geburt, Kaiserschnitt auf Wunsch, geburtsfördernde Bedingungen, Verbindungswege zum ungeborenen Kind, wie funktioniert eine normale physiologische Geburt?, Umgang mit Angst und Schmerzen, angeborenes Geburtswissen und Ur-Kompetenzen, Sexualität+Schwangerschaft/Geburt ...)
- Zeit für sich selbst
- Entspannung und Körperübungen
- Austausch in der Gruppe
- kreative gestalterische Elemente

Schwangerschaft und Geburt sind kostbare und einmalige Erlebnisse. Da mir das Wohl, die Kraft und das Potential der Frauen sehr am Herzen liegen, möchte ich Sie in ihrer Schwangerschaft, im geschützten und professionellen Rahmen der „Ganzheitlichen Schwangerenbegleitung“, ermutigen, begleiten und informieren.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Decke oder gr. Handtuch
Termin: wöchentliche Veranstaltung (12 Termine / 3 Monate)
Teilnehmerinnen: 3 - 7 Frauen
Ort (und Anmeldung): nach Absprache / info@winyan.de oder telefonisch
Kosten: 210.-

Begleitet wird die Gruppe von: Nicole Ebrecht-Fuß (geb. 1974, Sexualpädagogin und Familienplanerin M.A., freiberufliche Dozentin, Pädagogin, Mutter von 3 Kindern)

