

## Geburtsvorbereitung für Paare am Wochenende (inkl. „Väter spezial“)

Christiane Altmann, Hebamme, Heilpraktikerin für Psychotherapie ([www.christiane-altmann.de](http://www.christiane-altmann.de))  
Mario Hauff, Dipl. Ing., Vätercoach, Heilpraktiker für Psychotherapie (<https://lebenmeister.weebly.com/>)

Information, Austausch und praktische Übungen zu Themen wie Partnerschaft, Schwangerschaft, Geburt, Kliniksituation, Stillen, Wochenbett, Leben mit einem Neugeborenen.

Unsere Bestpraktiken und Erfahrungsschätze für Atmung, Babypflege, Bewegung, Entspannung und Kommunikation.

„Väter spezial“ bedeutet, dass die werdenden Väter mehrfach Zeit und Gelegenheit haben, in einer reinen Männerrunde unter Anleitung des Vätercoachs Mario Hauff unter sich zu sein.

Währenddessen tauschen wir uns im Frauenkreis über „Frauenthemen“ aus und haben ausgiebig Raum und Zeit für Körperarbeit und Atmung.

**Termine 2019:**  
05./06.01.2019  
02./03.03.2019  
04./05.05.2019  
06./07.07.2019

Samstag und Sonntag von 10 bis 17 Uhr

Es empfiehlt sich, den Kurs so zu wählen, dass bis zum ET (errechneten Termin) noch 4 - 6 Wochen liegen.

Die Kursgebühren für die Schwangere übernimmt die gesetzliche oder private Krankenversicherung und wird direkt mit Ihrer Krankenkasse verrechnet.

Für die Männer beträgt die Kursgebühr 140,- € und ist zur Reservierung des Kursplatzes bei der Anmeldung zu überweisen.

Weitere Informationen und Anmeldung: Hebamme Christiane Altmann

[hebamme.altmann@web.de](mailto:hebamme.altmann@web.de)

Tel. 0511 - 83 87 566

