



**Mehr  
Generationen  
Haus**  
*Miteinander – Füreinander*



MOBILE e.V. • Göttinger Str. 25a • 30982 Pattensen

---

## **Geburtsvorbereitung für Paare am Wochenende 01.10. – 03.10.**

Sigrun Marquald, Hebamme

Der Kurs bietet den werdenden Eltern Zeit, sich auf die Schwangerschaft gemeinsam einzulassen und mit Partnerübungen, Massagen und Vermittlung von Informationen Verständnis für den bevorstehenden Geburtsweg zu gewinnen. Unterstützung bei der Atmung und Haltung sowie Möglichkeiten der Hilfestellung durch den Partner/die Partnerin sind ebenfalls Inhalt des Angebotes. Auch dem Austausch unter den Paaren wird genügend Raum gegeben.

Bitte eine Decke, Socken und ein Stillkissen mitbringen. Für die Mittagspause ist ein gemeinsames Essen/Bufferet geplant, für das jeder eine Kleinigkeit mitbringen, soweit die Hygienevorschriften dies zulassen.

**Freitag, 01.10.21, 18.30 – 20.30 Uhr**

**Samstag, 02.10.21, 10.00 – 18.00 Uhr**

**Sonntag, 03.10.21, 10.00 – 14.30 Uhr**

Mehrgenerationenhaus Pattensen, Göttinger Str. 25a, Pattensen; max. 4 Paare

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

Für die Männer beträgt die Kursgebühr 120,- €.

Weitere Informationen:

Hebamme Sigrun Marquald, Tel. 0171 - 5780198

Anmeldung: MOBILE e.V., Tel. 05101 – 990512, mail: [info@mobile-pattensen.de](mailto:info@mobile-pattensen.de)

