

forum für gesundsein & kreatives

obere hauptgasse 66

3600 thun

schlau in erwartung

gut informiert bereits vor der schwangerschaft

kursinhalte

- auseinandersetzung mit den themen kinderwunsch und schwangerschaft
- sich naturheilkundlich auf eine schwangerschaft vorbereiten
- woran erkenne ich einen eisprung und wann ist der optimale empfängniszeitpunkt?
- ausblick auf die schwangerschaft und vorbeugen von beschwerden
- welche betreuung während der schwangerschaft ist für mich/uns geeignet?
- untersuchungsmethoden: möglichkeiten, nutzen und risiken
- möglichkeiten wenn es länger nicht klappt
- beantwortung von fragen sowie hinweise auf literatur und adressen

kursleitung

franziska stettler

kurse und beratung rund
um die geburt
033 243 33 42
www.rundumdiegeburt-thun.ch

isabelle dieuaide

akupunkturpraxis für frauenheilkunde
033 223 40 50
www.tcm-thun.ch

weitere infos zu dem kurs erhalten sie bei den kursleiterinnen.
wegen beschränkter platzzahl ist eine anmeldung unbedingt erforderlich!

infos

kursdaten:

freitag 21. mai 2010
freitag 17. september 2010
kurszeit jeweils von 19:30 bis 22:00 uhr

kosten:

fr. 95.- pro paar

www.gesund-kreativ-thun.ch

forum für gesundsein & kreatives

obere hauptgasse 66

3600 thun

wir sind schwanger!

gut informiert die ersten schwangerschaftswochen erleben

kursinhalte

- physische und psychische veränderungen in der schwangerschaft
- mein/unser lebensprogramm, wir als paar und was kommt auf uns zu
- begleitmöglichkeiten: welche ist für mich/uns geeignet?
- kontrolluntersuchungen und frühdiagnostik
- behandlung von beschwerden in den ersten schwangerschaftswochen
- sexualität in der schwangerschaft
- die partnerin ist schwanger – und der partner? diskussion in der männerrunde
- beantwortung von fragen sowie hinweise auf literatur und adressen

kursleitung

isabelle dieuaide

akupunkturpraxis für frauenheilkunde
033 223 40 50
www.tcm-thun.ch

adrian germann

geburtsvorbereitung für männer
033 534 08 09
www.papa-werden.ch

weitere infos zu dem kurs erhalten sie bei der kursleitung.
wegen beschränkter platzzahl ist eine anmeldung unbedingt erforderlich!

infos

kursdaten:

freitag 11. juni 2010
freitag 3. september 2010
kurszeit jeweils von 19:30 bis 22:00 uhr

kosten:

fr. 95.- pro paar

der kurs ist geeignet für frauen bis ca. in der 20. schwangerschaftswoche und ihre partner. ein teil des kurses findet geschlechtergetrennt statt.

www.gesund-kreativ-thun.ch