



Fødselsforberedelse

for flergangsfødende

Kurset henvender sig både til dig der har haft en god fødselsoplevelse, og til dig, der som følge af din fødselsoplevelse ikke føler dig tryk og klar til den forestående fødsel.

Du får viden om, hvordan du skaber fysiske og psykiske betingelser for din graviditet, fødsel og overgang til at blive en familie med flere børn.

Ved hjælp af simple øvelser og vejrtrækningsteknikker styrkes din krop, så den bliver klar til fødsel.

Til dig som oplever fødselsrelateret uro og bekymring, giver vi dig mulighed for at arbejde med, det som er vanskeligt.

HVER GANG VIL DER VÆRE DELTAGELSE AF EN JORDEMODER.

Der vil være tid til at fortælle om forrige fødsel og din oplevelse omkring den. Hun vil hjælpe dig med spørgsmål omkring graviditet, fødsel og barselsperiode med flere børn i hjemmet.

HOLD INFO:

Tirsdag d. 1 og 8 April, 18:45-21:00
v/Vibeke Kjeldsen - pris: 475,-



Tilmelding: tlf. 99 30 1000 eller www.fokus-folkeoplysning.dk

