

# SCHWANGERSCHAFT UND GEBURT

## GEBURTSVORBEREITUNG

### ABENDKURS

Der Geburtsvorbereitungskurs bietet Ihnen die Möglichkeit, mehr über das Erlebnis Geburt und Eltern sein zu erfahren. Dieses Wissen stärkt das Vertrauen in Ihren Körper und den Geburtsprozess. Die Kurse werden durch Hebammen des Bürgerspitals geleitet. Wir empfehlen Ihnen die Teilnahme ab der 26. Schwangerschaftswoche.

#### KURSIHALT

- Schwangerschaftsveränderungen und -beschwerden
- Umgang mit Schmerz/Angst
- Die Geburt
- Das Wochenbett/Stillen
- Eltern sein
- Körperübungen/Entspannung
- Massagen

#### KURSANGEBOT

Ort      Bürgerspital Solothurn  
Dauer   6 Abende à 2 Std, davon 3 Abende mit Partner/Begleitperson  
Wann    Mittwoch- oder Donnerstagabend  
Daten   Auf Anfrage  
Kosten   Fr. 380.– (Fr. 150.– werden von der Krankenkasse übernommen)

#### AUSKÜNFTE UND ANMELDUNG

Telefon 032 627 44 88 (Gebärdabteilung)  
E-Mail [gebaersaal.bss@spital.so.ch](mailto:gebaersaal.bss@spital.so.ch)

#### Die Anmeldung ist verbindlich.

Bitte beachten Sie die AGBs auf: [www.solothurnerspitaer.ch](http://www.solothurnerspitaer.ch)  
unter: [buergerspitalsolothurn/institute/frauenklinik/kurse](http://buergerspitalsolothurn/institute/frauenklinik/kurse)



Bürgerspital  
Solothurn **solothurner  
spitäler** so H

Schöngrünstrasse 42 | 4500 Solothurn  
T 032 627 44 88  
[gebaersaal.bss@spital.so.ch](mailto:gebaersaal.bss@spital.so.ch)

