

SCHWANGERSCHAFT | GEBURT | ELTERN SEIN

GEBURTS- VORBEREITUNG ABENDKURS



© Halfpoint - stock.adobe.com

Kantonsspital
Olten

solothurner
spitäler **so**H

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 Kantonsspitals Olten und einem Dozenten der Fachstelle Männer.ch geleitet. Wir empfehlen Ihnen die Teilnahme ab der 26. Schwangerschaftswoche.

Kursinhalt

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

Kursangebot

- Ort** Kantonsspital Olten
- Dauer** 6 Abende à 2 Stunden
davon 3 Abende mit Partner/Begleitung
- Wann** Montag, 19 bis 21 Uhr¹ Daten auf Anfrage
- Kosten** CHF 380.-. Die Krankenkassen beteiligen sich in der Regel an den Kosten, bitte erkundigen Sie sich.
- Anmeldung** Online. QR-Code scannen und Formular ausfüllen. →
- Auskunft** T 062 311 43 89¹ frauenklinik.kso@spital.so.ch



Wir freuen uns auf Sie!

Mehr Informationen finden Sie auf unserer Website
frauen.solothurnerspitaeler.ch



Kantonsspital Olten **solothurner spitäler** 

Baslerstrasse 150¹ 4600 Olten
T 062 311 43 89
frauenklinik.kso@spital.so.ch



431 154 | 07.23