

Dieser Wochenendkurs bietet Ihnen als Paar die Möglichkeit zum gemeinsamen vertraut machen mit dem Geburtsprozess und Eltern sein. Die Kurse werden durch Hebammen des Kantonsspitals Olten und einem Dozenten der Fachstelle Männer.ch geleitet. Wir empfehlen Ihnen die Teilnahme ab der 30. 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	Samstag von 9.00 bis 16.30 Uhr Sonntag von 9.00 bis 12.00 Uhr
Daten	auf Anfrage
Kosten	CHF 380.- / Paar (inkl. Mittagessen am Samstag)

Die Krankenkassen beteiligen sich in der Regel an den Kosten. Bitte erkundigen Sie sich.

Auskünfte und Anmeldung

Mail Gebaersaal.KSO@spital.so.ch
T 062 311 44 14 (Geburtenabteilung)

Wir freuen uns auf Sie!



FRAUENKLINIK

WOCHENENDKURS FÜR PAARE

