

## ANMELDUNG

... bitte per Post, Fax oder E-Mail an:

**pro familia**  
Ortsverband Frankfurt am Main e.V.

Palmengartenstraße 14  
60325 Frankfurt am Main  
Tel.: 069 90 744 744  
Fax: 069 90 744 730  
frankfurt-main@profamilia.de

Für Informationen steht Ihnen  
Frau Sonnleitner-Doll  
dienstags von 12 – 14 Uhr  
telefonisch zur Verfügung.

## KURSTERMINE

**Dienstags, 17.00 – 19.00 Uhr**

Der Kurs umfasst acht Geburtsvorbereitungs-  
abende und ein Nachtreffen mit Babys. Vor  
Kursbeginn findet ein Vorgespräch statt.

**KURSBEGINN** bitte erfragen bei pro familia  
Telefon: 069 90 744 744

## VERANSTALTUNGSORT

**pro familia**  
Ortsverband Frankfurt am Main e. V.  
Palmengartenstraße 14  
60325 Frankfurt am Main

## ANFAHRT



## KURSANGEBOT





KURSLEITUNG:

**HANNELORE SONNLEITNER-DOLL**  
Ärztin bei pro familia,  
Ortsverband Frankfurt am Main



**SUSANNE BELL**  
Bodybliss-Bewegungstrainerin,  
Mutter, Rollifahrerin

## ANMELDUNG

### GEBURTSVORBEREITUNG FÜR FRAUEN UND PAARE MIT BEHINDERUNG

Ein neues Leben entsteht! Ein Menschenkind ist ein faszinierendes, bewegendes Wunder. Gerade für Frauen oder Paare mit Behinderung ergeben sich in einer Schwangerschaft auch viele Fragen.

Wie mit wachsendem Bauch beweglich bleiben? Was tun bei möglichen Schwangerschaftsbeschwerden? Welche Geburtsmöglichkeiten kommen für mich in Frage? Welche Geburtsklinik ist die richtige? Wie kann mir eine Hebamme helfen? Diese und viele weitere Aspekte zur Geburt und den bevorstehenden Veränderungen können zu Themen werden, die in einem geschützten Raum besprochen werden können.

In einer Gruppe von maximal vier Frauen oder Paaren gewinnen Sie Selbstvertrauen und Sicherheit sowie ein gutes Gefühl für ihren Körper in dieser besonderen Zeit.

### SO BEREITEN SIE SICH VOR:

- Körperwahrnehmung und Sensibilisierung
- Bewegungsübungen und Massagen
- Entspannungs- und Atemübungen
- Geburtsverlauf mit den unterschiedlichen Phasen
- Kennenlernen verschiedener Geburtsmöglichkeiten und -positionen
- Klinikwahl, Hebamme
- Ernährung, Stillen, Körperpflege, Wochenbett
- Veränderung nach der Geburt
- Eltern werden, Veränderung in der Paarbeziehung: Austauschmöglichkeit für die werdenden Väter mit einem männlichen Berater

### UND EINIGE WOCHEN NACH DER GEBURT:

- Ein Nachtreffen mit Baby

### ... FÜR EINEN GEBURTSVORBEREITUNGS- KURS FÜR FRAUEN/PAARE MIT BEHINDERUNG

Name(n) \_\_\_\_\_

Vorname(n) \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Telefonnummer \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Voraus. Entbindungstermin \_\_\_\_\_

Kurs vom \_\_\_\_\_ bis \_\_\_\_\_

Frankfurt, den \_\_\_\_\_

Unterschrift \_\_\_\_\_

Mit Eingang der Anmeldungsdaten (per Post, Fax oder E-Mail) und der Überweisung ist der Kursplatz für Sie reserviert.

*Bei der Anmeldung sind 30,- Euro (Einzelteilnehmerin) bzw. 50,- Euro (Paar) zu entrichten.*

*Bitte überweisen Sie den Betrag auf das Konto der pro familia Ortsverband Frankfurt am Main e. V.  
Postbank Frankfurt am Main  
BLZ: 500 100 60 Konto: 263 717 600*