

Geburtsvorbereitung für Frauen

Einzelbetreuung zu Hause im familiären Rahmen oder Gruppenbetreuung in Seminaren

Thema

Schwangerschaft/Geburt > Geburtsvorbereitung

Art des Angebotes

Beratung
Betreuung
Seminar

Zielgruppen

Frauen
Spezifische Zielgruppe: Schwangere

Kurzbeschreibung

Körperwahrnehmung, Atmung für die Geburt, Videofilme, Entspannungsübungen, Stillvorbereitung, Partnermassage, Geburtsstellungen und Informative Geburtsvorbereitung: Zum Abbau bewusster, oft auch unbewusster Ängste, zur Vermittlung von Kenntnissen des geburtsmechanischen Ablaufs, als Hilfe in den einzelnen Geburtsperioden, um die Bedeutung des Wochenbettes für die frühe Mutter - Kind - Beziehung z.B. das Stillen deutlich zu machen; Die Arbeit am Atem mit dem Bewusstmachen aller physiologischen Atembewegungen
Körperarbeit zur Linderung von schwangerschaftsbedingten Beschwerden, zum Erkennen der individuell geeigneter Gebärdstellung von vertikaler bis horizontaler Position unter Einbeziehung des geburtsmechanischen, Aspektes der Beckenstellung zum "kurvenlosen" Geburtskanal.
Die Geburtsvorbereitung fördert die positive Entwicklung der frühen Mutter - Kind - Beziehung und stärkt die soziale Integration des heranwachsenden Kindes.



FRAUEN- GESUNDHEIT

DREHSCHEIBE FÜR FRAUENSPEZIFISCHE
GESUNDHEITSFragen IN VORARLBERG

Leitung: Hebamme Silvia Gsteu, Still- und Laktationsberaterin, Masseurin

Ziele

Das Ziel meiner Neuorientierung zur ganzheitlichen Geburtsvorbereitung ist es, dich als werdende Mutter so vorzubereiten, dass du bei anatomisch - physiologisch normalen Voraussetzungen deine ursprünglich vorhandenen Kräfte und Verhaltensweisen für die Geburt erkennen lernst und voll entfalten kannst. So lernst du in den Vorbereitungsstunden, daß du mit deinem Partner besuchst, über Körperarbeit, Spannungsregulierung, die Arbeit am Atem und die Wahl deiner Gebärposition geburtserleichterndes Verhalten. Durch dieses für die Erstgebärende meist neu erfahrene Körperbewusstsein entfaltet sich, in Verbindung mit dem im Kurs erworbenen theoretischen Wissen über den geburtsmechanischen Ablauf, Selbstvertrauen und Sicherheit.

Termine

Mo - Fr 08:00 - 09:00 Uhr

Kosten für die Inanspruchnahme des Angebotes

Ich bin freipraktizierende Hebamme mit Kassenvertrag, daher fällt nur ein geringer Selbstbehalt an.

AnsprechpartnerIn

Silvia Gsteu

Mobil: 0650 2001916

Institution

Hebamme Silvia Gsteu

Heubühel 20, 6800 Feldkirch

Email: hebamme-vorarlberg@gmx.at

Website: <http://www.hebamme-vorarlberg.at>