

## Kursinhalte und Themen

- ❖ Informationen über die Schwangerschaft und die Geburt
- ❖ Informationen zu und Unterstützung bei finanziellen Hilfen
- ❖ Hilfreiche und praktische Tipps und Tricks für die körperlichen Veränderungen in der Schwangerschaft
- ❖ Wochenbett
- ❖ Säuglingspflege und Säuglingsernährung
- ❖ Hilfe und Unterstützung beim Mutter werden und Mutter sein
- ❖ Die erste Zeit mit dem Baby
- ❖ Kennenlernen von anderen Schwangeren
- ❖ Auf Wunsch eine Einzelberatung für persönliche Fragen rund um die Schwangerschaft



## Kursverlauf

Der Kurs umfasst 4 Abende, ein Nachtreffen mit Baby und eine Beratung für persönliche Fragen zur Schwangerschaft.

Kursbeginn: Zwei Mal jährlich im März/April und Oktober/November.

Die Kursabende sind jeweils an vier Abenden von 17.30 bis 19.30 Uhr.



Gerne können wir einen ersten Termin zum Kennenlernen vereinbaren!

Wir freuen uns über Ihren Anruf.



## Kontakt

Mona Landsgesell

(Hebamme)

Julia Schmidt

(Kursleiterin)

E-Mail: [j.schmidt@kinderundjugendhilfe-bk.de](mailto:j.schmidt@kinderundjugendhilfe-bk.de)

Telefon: 07191-3419135

## Adresse

Familienzentrum famfutur

Theodor-Körner-Straße 1

71522 Backnang

# "Fit fürs Baby"



Ein Kurs für Schwangere