

## Themenabend Schwangerschaft und Geburt

### - Und was kommt eigentlich dann?

Der Bauch wächst. Die Vorfreude auch. Aber auch Ängste und viele Fragen tun sich auf.

Wer sich die Wartezeit versüßen und dabei andere werdende Eltern kennenlernen möchte, bekommt hier einen geschützten Raum für Austausch.

Sich mit gewissen Themen auseinander zu setzen, zu informieren und zu sehen, dass man mit seinen Gedanken und Sorgen nicht allein ist, beruhigt!

### Ängste nehmen ab und die Vorfreude steigt.

- **Austausch unter Gleichgesinnten**
- **Fragen stellen**
- **Infomaterial mitnehmen**
- **Für das Baby üben: Probiert euch an an einer Puppe aus, die von Gewicht und Handling einem echten Neugeborenen nachempfunden ist. Ihr könnt sie tragen, wickeln und an- und ausziehen.**

Anmeldung über die Hebammenzentrale:

[hebammenzentrale@asb-bochum.de](mailto:hebammenzentrale@asb-bochum.de)

oder direkt über Carina Welzel:

[info@mamakindgeborgen.de](mailto:info@mamakindgeborgen.de)

Carina Welzel  
Cruismannstr. 41  
44807 Bochum  
[info@mamakindgeborgen.de](mailto:info@mamakindgeborgen.de)

#### Termine:

Auf der Homepage  
[www.mamakindgeborgen.de](http://www.mamakindgeborgen.de)

jeweils 17:00 bis 18:30 Uhr

#### Kosten je Treffen:

20,- Euro, Paare 25,- Euro

#### Ort:

Hebammenzentrale Bochum

#### Referentin:



Carina Welzel, Stillberaterin und Babyfeeling Kursleiterin für Geburts-/Eltern- und Geschwistervorbereitung hat einen weiteren Schwerpunkt im Thema Geburtstrauma und Bonding. Sie wird euch bei den Themenabenden als Fachperson zur Seite stehen.