

Geburtsvorbereitungskurs

INFORMATIONEN FÜR WERDENDE ELTERN



Spitalzentrum Oberwallis
Klinik Frau – Kind

Was verändert eine Schwangerschaft, was eine Geburt?
Was geschieht mit mir und wie kann ich damit umgehen?
Was heisst es, eine Familie zu sein?

Unser Geburtsvorbereitungskurs informiert Sie über verschiedene Themen rund um die Schwangerschaft, Geburt und die erste Zeit danach. In einer entspannten Atmosphäre haben Sie die Möglichkeit, Fragen zu stellen und sich mit anderen werdenden Müttern und Vätern auszutauschen.

Liebe werdende Eltern

Folgende Themen werden während dem Geburtsvorbereitungskurs besprochen:

SCHWANGERSCHAFT

- Körperwahrnehmung
- Ernährung in der Schwangerschaft
- Entspannung und Massage

GEBURT

- Geburtsablauf
- Geburtspositionen
- Mögliche Komplikationen/Kaiserschnitt
- Umgang mit Schmerzen während der Geburt

WOCHENBETT

- Stillen und Ernährung des Kindes
- Bonding
- Die ersten Tage als Familie

PRAKTISCHE HINWEISE

Ort

Spitalzentrum Oberwallis, Standort Visp

7. Stock, Saal 2 (Spitaleingang Visp linker Lift, ist beschriftet)

Dauer

4 Abende | 19.00 – 21.00 Uhr

Kurstag

Mittwoch

Kursbeginn

Januar | März | Mai | August | September | November

Kosten

CHF 280.00, davon werden CHF 150.00 von der Grundversicherung übernommen.

KONTAKT

Spital Wallis – Spitalzentrum Oberwallis

Klinik Frau – Kind

Pflanzettastrasse 8

3930 Visp

+41 (0)27 604 24 85

szo.frau.kind@hopitalvs.ch

