



Katholische Erwachsenenbildung  
Rottal-INN-Salzach e.V.

## **Geburtsvorbereitungskurs**

### **Sechs Abende**

**Mo 11.01.2021, 17.30 - 19.30 Uhr**

#### **Ort:**

Altötting, Schwesternwohnheim, Vinzenz-von-Paul-Str. 10, 84503 Altötting

Unsere Geburtsvorbereitungskurse umfassen sechs Abende à zwei Stunden inklusive einem Paarabend mit Kreißsaalbesichtigung. Neben Gymnastik-, Atem- und Entspannungsübungen möchten wir Sie an unseren Kursabenden gerne informieren über: Linderung von Schwangerschaftsbeschwerden, Wehenarbeit, verschiedene Geburtspositionen, Beckenboden, alternative und konventionelle Schmerzerleichterung, Kaiserschnitt, Stillen, Wochenbett und Babypflege. Außerdem möchten wir Ihnen vorstellen, wie wir Sie bei Ihrer Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett durch unsere Hebammenarbeit unterstützen können.

Weitere Kurstermine und Informationen erhalten Sie telefonisch bei Frau Posch.

#### **Referentinnen:**

Janine Posch  
Rita Zirhut

#### **Kosten:**

Einmalig 10 Euro, Partnerabend 20 Euro

#### **Katholische Erwachsenenbildung Rottal-INN-Salzach e. V.**

Kapellplatz 8 (Dekanatshaus)  
84503 Altötting

Tel. 08671 - 41 44  
Fax 08671 – 84 671  
info@keb-ris.de  
www.keb-ris.de



Katholische Erwachsenenbildung  
Rottal-INN-Salzach e.V.

**Veröffentlichungsdatum:** 22.10.2020

**Katholische Erwachsenenbildung Rottal-INN-Salzach e. V.**  
Kapellplatz 8 (Dekanatshaus)  
84503 Altötting

Tel. 08671 - 41 44  
Fax 08671 – 84 671  
info@keb-ris.de  
www.keb-ris.de