

Gymnastik und Entspannung für Schwangere



Hebammencafé für Mütter mit Babys

Gymnastik

Mittwochs von 10.00-11.00 Uhr

Kosten: 2,50 € pro Termin

Durch Gymnastik können Sie fit bleiben, Beschwerden lindern, sich auf die Geburt vorbereiten und entspannen.

Hebammen-Café

Mittwochs im Anschluss von 11.00- 12.00 Uhr

Im Café können Sie

- ❖ Schwangere, Mütter und Babys im ersten Lebensjahr treffen
- ❖ Hebammen-Tipps bekommen (Stillen, Flasche, Beikost, Babyschlaf, Geschwisterkinder, Entwicklung)
- ❖ ein Fotobuch für ihr Kind gestalten

Kursort: Villa Folke Bernadotte Jungfernstieg 19 / 12207 Berlin

Kursleitung: Katja Stricker, Familienhebamme und Yogalehrerin

Anmeldung: Familienzentrum Lankwitz, Tel.: 54 49 21 62