

SAMEN BEVALLEN

Een pufcursus? Zeker niet!

Met de zwangerschapscursus Samen Bevallen kunnen jullie je samen voorbereiden op de geboorte van jullie kindje.

Volg de cursus bij mij, of bij mijn collega's uit de regio!



Over deze cursus

Samen Bevallen is een praktische zwangerschapscursus voor jou en je (geboorte)partner. Tijdens de cursus bereiden jullie je samen voor op de bevalling, zodat jullie met kennis, vertrouwen en rust deze bijzondere gebeurtenis tegemoet gaan.

We besteden aandacht aan het verloop van de bevalling, verschillende houdingen, ademhaling en ontspanning, pijnverlichting, de rol van de partner en de eerste uren na de geboorte. Er is volop ruimte voor vragen en persoonlijke aandacht, zodat de cursus aansluit bij jullie wensen en verwachtingen.

www.samenbevallen.nl

Waarom kiezen voor deze cursus?

- Bereid je samen voor op de bevalling.
- Krijg praktische handvatten voor tijdens de weeën en de geboorte.
- Leer hoe de (geboorte)partner actief kan ondersteunen.
- Vergroot jullie kennis, vertrouwen en samenwerking.
- Persoonlijke begeleiding in een ontspannen en laagdrempelige sfeer.

Mogelijkheden



Complete cursus €225,00

Dit is de meest uitgebreide cursus van Samen Bevallen. Een pufcursus? Zeker niet. Onze complete cursus vertelt het volledige verhaal over zwangerschap, ontsluiting, persen en kraamtijd. 7 contactmomenten tijdens de zwangerschap en 1 na de bevalling.



Mini cursus €175,00

Een snelle voorbereiding op de bevalling waarbij de belangrijkste onderwerpen en praktijkoefeningen behandeld worden. 4 contactmomenten tijdens de zwangerschap en 1 na de bevalling.



Herhalingscursus €90,00

1-4 bijeenkomsten van 2 uur.
Een korte opfriscursus voor stellen die al eens eerder bevallen zijn, waarbij ook de verschillen met een eerste bevalling wordt aangekaart.



Privé cursus €90,00

3-4 bijeenkomsten van 2 uur.
Als een groepscursus moeilijk te plannen is of als jullie gewoon liever een cursus met zijn tweeën willen volgen.