

Rückbildung für *Sternenkind mamas* ★

Ein besonderes Angebot für Mütter von Sternenkindern
als Verbindung von Rückbildungsgymnastik und Gesprächskreis

In einem Teil des Kurses widmen wir uns den körperlichen Veränderungen, die jede Schwangerschaft mit sich bringt. Es geht darum, den Körper zu stabilisieren und zu stärken. Neben dem sportlichen Teil besteht im Gesprächskreis die Möglichkeit zum fachlich begleiteten Austausch mit den anderen Sternenkindmamas. Wenn Du Dich bereit fühlst, Dich in eine Gruppe zu begeben mit Frauen, die ebenfalls den Verlust ihres Kindes erlebt haben, dann bist Du herzlich willkommen bei uns.



donum vitae Außenstelle in der Hebammenpraxis Bauchgefühl,
Krossener Straße 27, 10245 Berlin



montags von 10:00 bis 12:30 Uhr



Der Kurs teilt sich in einen Sportteil und einen Gesprächskreis (Teilnahme freiwillig) und wird von Josefine Nowak geleitet.



Eine Kostenübernahme durch die Krankenkasse ist bis neun Monate nach Geburt möglich.



Anmeldung und weitere Infos:
030-887 133 970, berlin-kudamm@donumvitae.org



pnd-kudamm.donumvitae.org

