



# Atem- und körperzentrierte Schwangerschaftsbegleitung

**Seminarleitung: Denise Geier  
und Barbara Schlochow**

NEU!

AFB1

Eine Schwangerschaft ist für jede Frau eine besondere Zeit in ihrem Leben. Kaum eine andere Nachricht löst derartige **Achterbahnfahrten der Gefühle** aus, wie die, schwanger zu sein. Jede Schwangerschaft ist einzigartig und verläuft unterschiedlich.

Das Ziel der atem- und körperzentrierten Schwangerschaftsbegleitung ist, dass das (Ur-)Vertrauen, das Körperbewusstsein und die **Selbstwirksamkeit der Frau gestärkt** wird sowie die Beziehung und der Kontakt zum Kind aufgebaut und gelebt werden kann. Der Atem ist dabei das verbindende und unterstützende Element.

Mittels der atem- und körperzentrierten Schwangerschaftsbegleitung können wir einfühlsam, achtsam und bedürfnisorientiert **auf die werdende Mutter eingehen**.

**In diesem Fortbildungsseminar werden wir folgende Themen beleuchten:**

- Theoretischer Input zur Schwangerschaft und häufigen Themen, mit welchen Frauen in dieser besonderen Zeit konfrontiert werden können.
- Gezielte atem- und körperzentrierte Begleitung in der Schwangerschaft mittels praktischen Übungen und Behandlung auf der Liege.
- Mögliche Schwangerschaftsbeschwerden und Werkzeuge, um positiv darauf einwirken zu können.

So erhalten Sie einen spannenden **Einblick und wertvolle Werkzeuge** für die besondere Arbeit mit schwangeren Frauen.

Dieses Fortbildungsseminar kann alleine besucht werden oder als Vorbereitung auf das darauf aufbauende Fortbildungsseminar **«Atem- und körperzentrierte Geburtsvorbereitung»**.



**Wann:** Freitag, 29. März 2019, 09.15-18.30 Uhr (Dauer: 8 Stunden)  
**Wo:** IKP Zürich  
**Wer:** Denise Geier, dipl. Ganzheitlich-Integrative Atemtherapeutin IKP,  
Barbara Schlochow., Ganzheitlich-Integrative Atemtherapeutin IKP i.A.,  
dipl. Hebamme, Biosynthese  
**Gruppe:** mind. 8, max. 14 Teilnehmer(innen)  
**Kosten:** CHF 290.–