



Hebamme  
Barbara Komarek, BSc



01. & 15. MÄRZ 09:00 - 10:30

# DAS WOCHENBETT

In diesem Kurs bekommst du wertvolle Tipps zu den Themen Bedürfnisse der Babys, Stillen, Babypflege, Bauchschmerzen - Koliken, Selbstfürsorge, Rückbildung, Meditation, uvm. Weiters ist Zeit für deine Fragen oder Sorgen. Bei einer kleinen gemeinsamen Jause bietet sich Gelegenheit zum Austausch mit anderen (werdenden) Mamas.

FÜR SCHWANGERE SOWIE  
MAMAS IM WOCHENBETT

JETZT  
ANMELDEN

Kosten: 45 € pro TN  
(für beide Termine)

Wo: Lebenswelt Familie  
in Pöchlarn

Anmeldung bei:  
Barbara Komarek  
[www.achtsam-ins-leben.at](http://www.achtsam-ins-leben.at)

