

# Hebamme Karen Wende



seit 1981 examinierte  
Kinderkrankenschwester  
seit 1994 examinierte Hebamme

## ❖ Geburtsvorbereitung für Frauen und Paare

Kurse: abends

In diesem Kurs erhalten Sie Informationen zu den Themen Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett.

Atemwahrnehmungsübungen und Atemhilfe zur Wehenarbeit stehen auf dem Programm. Partnerübungen und die Besprechung der Partnerhilfe bei der Geburt runden den Kurs ab.

## ❖ Wochenbettbetreuung

In den ersten Lebenswochen Ihres Kindes begleite ich Sie gerne auf Ihrem Weg in die Elternschaft. Ich komme zu Ihnen nach Hause; betreue Sie und Ihr Kind; gebe Anleitung beim Stillen, beim Zubereiten der Babynahrung; berate bei der Pflege, Ernährung und vieles mehr.

## ❖ Rückbildungsgymnastik

Kurse: vormittags & abends

Wesentlicher Bestandteil dieses Kurses ist die Wahrnehmung und Kräftigung der Beckenbodenmuskulatur. Auch Übungen für Gesäß, Bauch und Beine entsprechend den Veränderungen Ihres Körpers durch die vorangegangene Geburt werden vermittelt.

## ❖ Informationen und Anmeldung:

Karen Wende  
Greifswalder Weg 23  
65931 Frankfurt

Tel.: (069) 36 00 99 16  
(AB.: bitte Nachricht hinterlassen)  
E-Mail: [Karen.Wende@hebamme-karen-wende.de](mailto:Karen.Wende@hebamme-karen-wende.de)

Kursort:  
Praxis für Physiotherapie und  
Gesundheitsförderung  
Corina Kroneisen  
Frankfurt - Rödelheim  
Breitlacher Str. 48  
Tel.: (069) 74 307 600