

# regelmäßige Angebote in Cottbus



## ○ Schwangerenkreis

**Ort:** Netzwerk Gesunde Kinder, Gerichtsstr. 1-2, 03046 Cottbus

**Fokus:** Angebote verschiedener Tools zur (gemeinsamen) Entspannung

**Preis:** Kostenlos!

**Termine:** 20. Juni / 18. Juli / 22. August / 19. September

**Uhrzeit:** 10.30 - 11.30 Uhr

## ○ Schwangerenfrühstück

**Ort:** Familienzentrum Caritas, Kochstr. 15 a, 03050 Cottbus

**Fokus:** Austausch mit anderen Schwangeren. Als Doula halte ich euch den Raum für alle Art von Emotionen, Gedanken, Freude und Sorgen

**Preis:** Kostenlos!

**Termine:** 4. Juli / 8. August / 5. September

**Uhrzeit:** 10 - 11 Uhr

## ○ Mentale Geburtseinstimmung

**Ort:** Netzwerk Gesunde Kinder, Gerichtsstr. 1-2, 03046 Cottbus

**Fokus:** 2x2h Workshop zum Reinschnuppern in die mentale Geburtseinstimmung (u.A. Affirmationen, Aromatherapie, bindungs- & bedürfnisorientierte Elternschaft, Babyblues)

**Preis:** 35€

**Nächster Termin:** voraussichtlich August

(schreibe mir gern, falls du bei der nächsten Session dabei sein möchtest)

weitere Termine + Infos:

**[www.harmonistisch.de](http://www.harmonistisch.de)**

*Deine Doula Sandra*