

# ewig schön? ewig fit? ewig glücklich?

## Eine Wissensbörse zum Thema Lebensgestaltung

**Mittwoch, 11.1.2006**

**20.00 Uhr im Kafi Tintenfisch, GZ Wipkingen**

### **Eltern werden – wählen wie!**

#### **Persönliche Gestaltung von Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett**

Hebammen betreuen seit je her werdende Eltern durch Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett- und Stillzeit.

Der Abend richtet sich an Frauen und Männer, die sich für das Thema der Elternschaft interessieren und/oder sich persönlich damit auseinandersetzen.

Er bietet Einblick in die möglichen Geburtsvorbereitungen, die persönliche Betreuung in der Schwangerschaft, die unterschiedlichen Geburtsorte, das Betreuungsangebot im Wochenbett und welche Vorteile eine Hebammenbetreuung mit sich bringt.

Die Informationen werden auf abwechslungsreiche Art vermittelt.

Sie sollen Grundlage bilden, damit Sie eine freie Wahl treffen können.

*Mit Regina Grimm und Margrit Maurer, freipraktizierende Hebammen*

### **Programmübersicht**

**Themenkreis Gesundheit, Entspannung, Energie**

Dienstag, 30.8.2005 20.00 Uhr

Die kleine Massageapotheke

*Mit Judith Kronbach, dipl. Fussreflexzonen- und La-Stone Therapeutin*

Mittwoch, 14.9.2005 20.00 Uhr

Wussten die Chinesen mehr?

Lebensgestaltung aus Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM)

*Mit Madina Bokoum, Shiatsu-therapeutin und Alex Siegenthaler, Shiatsu-therapeut, Akupunkteur*

Mittwoch, 28.9.2005 20.00 Uhr

Beweglicher werden heisst lebendiger sein - körperlich, seelisch, geistig. Die Feldenkraismethode

*Mit Christa Schär, dipl. Feldenkrais - Lehrerin*

Mittwoch, 9.11.2005 20.00 Uhr

Mach etwas für die Ewigkeit! - lerne dich und deinen Weg bewusster kennen.

*Mit Klaus M. Känzig, Psychiatriepfleger, dipl. astrologisch-psychologischer Berater API*

Mittwoch, 23.11.2005 20.00 Uhr

Neurofeedback - eine Methode des Hirntrainings

*Mit Dr. Phil. Hans Peter Kobler, Fachpsychologe für Psychotherapie FSP*

**Themenkreis Liebe, Geburt, Entwicklung**

**Mittwoch, 11.1.2006 20.00 Uhr**

**Eltern werden - wählen wie! Persönliche Gestaltung von Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett**

***Mit Regina Grimm und Margrit Maurer, freipraktizierende Hebammen***

Mittwoch, 25.1.2006 20.00 Uhr

Das Spiel und seine Bedeutung für das kleine Kind. Die ersten vier Lebensjahre

*Mit Katherina Papageorgiou, Dr. med. Fachärztin FMH für Kinder- und Jugendmedizin*

Mittwoch, 8.2.2006 20.00 Uhr

Ewige Liebe - Ewiges Glück?

Tipps für gelingende Partnerschaften

*Mit Brigitte Lachelier, dipl. Psychologin IAP*

Das Kafi Tintenfisch bleibt nach der Veranstaltung noch geöffnet.

**wipkingen** **gzwipkingen**

Breitensteinstrasse 19a, 8037 Zürich, Telefon: 01 276 82 80, Fax: 01 271 98 60  
E-Mail: gz-wipkingen@gz-zh.ch, Internet: www.gz-zh.ch