



Katholische Erwachsenenbildung
im Landkreis Deggendorf e.V.

Stille Rückbildung - ein Angebot für verwaiste Mamas

immer montags, 21.11., 28.11., 05.12. und 12.12.2022, jeweils von 9.30 - 10.30 Uhr

Ort:

Deggendorf-St.Martin, 94469 Deggendorf, Donum Vitae e. V. Gruppenraum, Am Stadtpark 12

Die Seele trauert, der Körper trauert mit. Verwaiste Mamas, die ihr Kind nach einer Fehl-/Früh-/Totgeburt verloren haben, benötigen neben der seelischen Begleitung auch körperliche Unterstützung. Der Körper einer verwaisten Mama braucht nach einer glücklosen Schwangerschaft und nach einer (stillen) Geburt doppelt Kraft für den weiteren Lebensweg. Zeit, ein einfühlsames Umfeld und die richtigen Übungen helfen, dass sich der Körper physiologisch wieder zurückbildet und die (Beckenboden-) Muskeln wieder gestärkt werden.

Mitveranstalter:

Donum Vitae

Referent/in:

Dipl.- Fitnessökonomin Johanna Emilie Nielsen

Hinweis:

Sowohl als Viererblock, als auch einzeln buchbar

Kath. Erwachsenenbildung im Landkreis Deggendorf e.V.

Gundelauer Str. 7
94557 Niederalteich

Tel. 09901 62 28
Fax 09901 902880
keb.deggendorf@bistum-passau.de
www.keb-deggendorf.de