

Är du nyfiken på psykoprofylax?

Då är du och din partner välkomna på psykoprofylaxkurs här i Linnéstaden.

Vi kommer bl.a att tala om följande:

Vad är egentligen psykoprofylax? Hur tränar man andning och avslappning?

Samarbete med kroppen och fokusering under värk

Vad kan partnern göra? ”Coaching”

Information varvas med praktiska övningar i andning, avslappning och massage.

Kursen är fördelad på två tillfällen 2 tim/gång.

Kostnad 700 kr/ par.

Avgiften betalas in i förväg. Ni får inbetalningskort hemskickat.

Anmälan är bindande. OM ni vill avboka tiden bör detta ske senast 10 dagar före startdatum.

Tid: Onsdagen 29/2 och onsdagen 7/3 kl. 17.00-19.00

Lokal: Samling i väntrummet på Barnmorskemottagningen Linnéstaden
Fjärde Långgatan 48 plan 6.

Om ni är intresserade ring och anmäl er: 031-747 92 40

Kursledare Marie Andersson

Välkomna!