

# Babyblues – Heultage nach der Geburt

## Was kannst du tun?



**Dienstag, 26. November 2024**  
**14.00–18.00 Uhr**



# B.F.G.

Bildungsinstitut Fachbereiche Gesundheitswesen

### ANMELDUNG UND WEITERE INFORMATIONEN:

[www.bfg-kray.de/](http://www.bfg-kray.de/)  
fortbildungsangebote-fuer-hebammen



Die Veranstaltung wurde mit 4 Fortbildungsstunden im Sinne der Hebammenberufsordnung NRW anerkannt.

Etwa drei Viertel aller Mütter erleben ein emotionales Tief ein paar Tage nach der Geburt. Ein Karussell der Gefühle – Niedergeschlagenheit, Erschöpfung, Besorgnis, Stimmungsschwankungen.

Was sind die Auslöser? Wir, als Fachfrauen, erleben das häufig und möchten gerne helfen.

Ich freue mich, Dir Einblick in meine Arbeit von über 38 Jahren geben zu dürfen.

### Inhalte:

- Wie du diese Frauen noch effektiver unterstützen kannst
- Atemübungen zur Entspannung
- Hühnersuppe für die Seele  
(Essen hält Leib und Seele zusammen)
- Rezepte um Körper, Geist und Seele zu unterstützen
- Entspannung-Quickies für frischgebackene Mamas
- Akupressur-Punkte gegen Angst und Erschöpfung
- Welche Vorschläge von außen sind hilfreich



### Referentin:

**Jutta Wohlrab**

*Midwife, Hypnotherapist, Speaker & Author  
Elements Of Birth | Happy Birthing Days*

### Termin:

Dienstag, 26. November 2024, 14.00 – 18.00 Uhr

### Teilnehmergebühr:

€ 90,00 // 50% für Studierende (Ausweis zur Vorlage)

### Tagungsorganisation:

Evamaria Wilhelmi – B.F.G.®, Leitung Fachbereich Hebammenwesen  
Tel.: 06421 3400227 · Mobil: 015123019858 · [fobi@stressfrei-tagen.de](mailto:fobi@stressfrei-tagen.de)

### Kongressmanagement & Veranstalter:

Bildungsinstitut Fachbereiche Gesundheitswesen B.F.G.®  
Am Katzenberg 3 | 57258 Freudenberg  
Tel. +49 (0) 2734 572736 | Fax +49 (0) 2734 55516  
[bfg.kray@online.de](mailto:bfg.kray@online.de) | [www.bfg-kray.de](http://www.bfg-kray.de)



**B.F.G.** NEWSLETTER  
ABONNIEREN