



*„Es geschieht manchmal, dass eine Seele die Erde nur streift.  
Ihr Kommen und Gehen fallen in eins.  
Doch ihr kurzes Verweilen war nicht umsonst, denn es berührt die Herzen all derer, die sie erwartet haben.“*

*unbekannt*

## *Rückbildung und Trauerbegleitung für Sternenmütter*

Körperliche und seelische Begleitung nach dem Verlust eines Babys

# Rückbildung und Trauerbegleitung für Sternenmütter

Körperliche und seelische Begleitung nach dem Verlust eines Babys

Sie haben in den letzten Wochen oder Monaten Ihr Kind verloren und möchten Ihrem Körper und Ihrer Seele etwas Gutes tun und sich mit anderen betroffenen Mamas austauschen?

In einem geschützten Rahmen bieten wir in einer kleinen Gruppe mit anderen Sternenmamas eine ganzheitliche Rückbildung. Im Kurs trainieren wir den Beckenboden, Bauch und Rücken.

Mit sanften Übungen entwickeln wir Ruhe & Kraft und stärken das Vertrauen in den eigenen Körper.



Der Kurs findet an 5 Terminen statt.  
Kursbeginn: auf Anfrage

Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen und Familienplanung  
Schwambergerstraße 35, 89073 Ulm

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Weitere Informationen & Kontakt:  
Narcisa Koch & Verena Spägele

Informations- und Vernetzungsstelle  
Pränataldiagnostik Ulm  
Tel 0731 / 96857-0

[iuv-ulm@schwangerschaftsfragen.de](mailto:iuv-ulm@schwangerschaftsfragen.de)

gefördert von:



Baden-Württemberg

MINISTERIUM FÜR SOZIALES, GESUNDHEIT UND INTEGRATION



Informations- und Vernetzungsstelle  
Pränataldiagnostik Ulm