

Bist du schwanger und zwischen 15 und 21 Jahre alt?

WERDE TEIL UNSERER
**GRUPPE FÜR JUNGE
SCHWANGERE**

Gemeinsam statt allein: Triff andere werdende Mütter in
deiner Altersgruppe

Austausch mit
anderen Schwangeren

Alle wichtigen
Vorsorge-
untersuchungen

Alle Infos zu
Schwangerschaft
und Baby



Was erwartet dich?

- **Austausch:** Ihr teilt eure Erfahrungen und unterstützt euch gegenseitig! Du wirst dich mit der Gruppe stärker fühlen und deine Gesundheit selbst in die Hand nehmen können.
- **Wichtige Vorsorgeuntersuchungen:** Du erhältst alle notwendigen Untersuchungen in einer entspannten Gruppenatmosphäre. So kannst du sicherstellen, dass es dir und deinem Baby gut geht.
- **Themen, die dich jetzt interessieren:** Wir sprechen über die körperlichen Veränderungen in der Schwangerschaft, Ernährung, Bewegung, Stillen und vieles mehr. Deine Fragen sind willkommen! Erhalte wertvolle Tipps von erfahrenen Hebammen.

Das Projekt läuft ab April bis Oktober. Es finden insgesamt 10 Gruppentermine statt, die jeweils zwei Stunden dauern. Wir treffen uns in einer Hebammenpraxis in Hannover. Die genauen Termine werden gemeinsam festgelegt. Wir freuen uns auf dich!



Infos und Kontakt:

Ein Projekt des Hebammenverband Niedersachsen e.V. | hebammen-niedersachsen.de/junge-schwangere

