

# Singen in der Schwangerschaft

## Als Vorbereitung auf die Geburt und Begleitung in der Elternzeit



Darstellung von Sarah Grünig

Dein Gesang entsteht in deiner Seele, durchflutet dein Herz bis er sich deiner Seele bedient, um in die Welt zu treten (M.T.Douret).

Das gemeinsame Singen und Tönen bewirkt positive Emotionen und fördert das Wohlbefinden und die Entwicklung von Eltern und Kind. Es verbindet, erdet und öffnet für Neues.

Unser Angebot richtet sich an (werdende) Eltern, welche gerne klingend die Verbindung zum Kind aufnehmen möchten und sich dabei auch auf die Geburt vorbereiten. Gemeinsam erkunden wir die Wirkung der Klänge z.B. in Form von Wiegenliedern, welche später auch während der Elternzeit ein wunderbares Ritual werden können und die Kinder oft beruhigen vermögen. Wir lassen den Klang in der Gemeinschaft auf uns Wirken. Gerne geben wir auch unser Hebammenwissen weiter zu Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett sowie achtsamen Familienleben.

Die Kursleiterinnen Caroline und Ramona sind Mami, Hebamme und Sängerinnen aus ganzem Herzen und freuen sich sehr, euch kennen zu lernen, um gemeinsam zu singen, klingen, wachsen und das Angebot weiterzuentwickeln. Möge das Singen und Tönen für alle den Alltag bereichern und das Gedeihen unterstützen.

Der Kurs beginnt im September 2019 und wird bis zu den Frühlingsferien wie im Anmeldeformular dargestellt berechnet (je nach Start anteilmässig). Je nachdem wie sich der Kurs füllt, kann auch später dazu gestossen werden.

Vorgesehen sind Gruppen von ca. 8 Mütter/Kinder/Familien. Die Idee ist, dass diese Gruppen zusammenbleiben und die Kinder nach der Geburt eines nach dem anderen dazu kommen und integriert werden. Zu einem späteren Zeitpunkt wird, je nach Nachfrage, eine neue Gruppe gebildet.

# Anmeldung:

**Wer:** Mütter in der Schwangerschaft, später mit dem Kind, auch mit dem Vater möglich  
Eltern welche Freude am Singen und Entdecken haben, sowohl alleine als auch zu  
dritt, viert...

**Wann:** Ab Mittwoch, 23. September, alle 2 Wochen, 14.00 oder 17.00 Uhr, je 60 Minuten  
**2019:** 23.9. / 23.10 / 6.11. / 20.11. / 4.12. / 18.12.  
**2020:** 15.1. / 29.1. / 12.2. / 18.3. / 1.4. (total 11 Mal)

**Leitung:** Ramona Naef und Caroline Müri (bei Fragen Tel 078 890 10 79  
oder E-mail: ramona.naef@gmail.com)

**Ort:** Mehrzweckraum Hübeli, Eschenbach

**Kosten:** 200.- Fr. pro Familie aus Eschenbach, Ballwil, Hohenrain und Inwil  
(für Auswärtige 250.- Fr. pro Familie)  
je nach Start anteilmässig

Anmeldung auch online unter: [www.musikschule-eschenbach.ch](http://www.musikschule-eschenbach.ch) möglich

**Anmeldeschluss: 11. September 2019**

Eine Teilnahmebestätigung wird mit der Gruppeneinteilung **Mitte September** versandt.

## Anmeldung **Singen in der Schwangerschaft**

- ☺ lieber 1. Termin mittwochs 14.00 - 15.00 Uhr
- ☺ lieber 2. Termin mittwochs 17.00 - 18.00 Uhr
- ☺ uns gingen beide Termine

Name: ..... Vorname: .....

Geburtsstermin ca:..... Telefon/Mobile:.....

Adresse:.....

E-Mail:..... Vorname des Zahlenden: .....

Bemerkungen (z.B. Vornamen und Geburtstag weiterer Kinder):

.....  
.....

Bitte senden an: Musikschule Eschenbach, Oeggenringenstrasse 12, 6274 Eschenbach