

Bremgarten, 18.03.2020

## Liebe Kursteilnehmerin der Juno-Hebammenpraxis

Das Coronavirus hat mittlerweile auf uns alle grosse Auswirkungen. Wir möchten dich mit diesem Schreiben über die verschiedenen Änderungen in unserer Praxis informieren.

Leider müssen wir alle Kurse bis auf unbestimmte Zeit absagen. Davon betroffen sind alle Geburtsvorbereitungskurse, die Schwangerschaftsgymnastik an Land oder im Wasser, die Rückbildungskurse und auch die geplanten Geschwisterkurse und Babypflegekurse werden vorläufig verschoben. Ebenfalls betroffen sind die Babymassagekurse, die Nothelferkurse für Eltern, wie auch für Fachpersonen müssen von unseren KollegInnen in der Praxis abgesagt werden.

Wir hoffen, dass wir für einige der Kurse eine Alternative bieten können:

Die Geburtsvorbereitung kann zum Beispiel auch per Skype durchgeführt werden. Uns ist es wichtig, dass du trotz Corona Virus eine gut vorbereitete Geburt erleben darfst. Du sollst mit gutem Hintergrundwissen, einigen Tipps von uns und einem gesunden Selbstvertrauen, viel Vorfreude und einer inneren Ruhe in das Geburtserlebnis gehen dürfen. Dabei wollen wir dich gerne unterstützen. Melde dich für einen Skypetermin, wenn du einen Geburtsvorbereitungskurs machen möchtest.

Bei den Gymnastikstunden sind wir noch nicht ganz so weit. Wir prüfen verschiedene Optionen und werden uns bei den Frauen in laufenden Kursen melden, wenn wir eine Lösung haben. Nach wie vor ist es wichtig, dass du auch körperlich gut vorbereitet auf die Geburt zugehen kannst und nach der Geburt wieder die innere Mitte findest und kräftigen kannst.

Unabhängig davon wie du zu uns in die Praxis gekommen bist, werden wir gemeinsam einen Weg finden, um dich zu unterstützen. Wir wollen weiterhin eine hohe Betreuungsqualität bieten. Ihr seid uns wichtig!

Liebe Grüsse

Judith und Brigitte  
Kursleiterinnen der Juno Hebammen