

# 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 achtsamem Familienleben.

Die Kursleiterinnen Caroline und Ramona sind Mamis, Hebammen 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. Oktober, alle 2 Wochen, 14.00 oder 17.00 Uhr, je 60 Minuten  
**2019:** 23.10. / 6.11. / 20.11. / 4.12. / 18.12.  
**2020:** 15.1. / 29.1. / 12.2. / 18.3. / 1.4. **der Einstieg ist jederzeit möglich**

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

**Ort:** Mehrzweckraum Hübeli, Eschenbach

**Kosten:** CHF 200.- (für 10 Termine) pro Familie aus Eschenbach, Ballwil, Hohenrain, Inwil  
für Auswärtige CHF 250 pro Familie **je nach Einstieg anteilmässig**

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

## 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: .....

Geburtsdatum ca:..... Telefon/Mobile:.....

Adresse:.....

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

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

.....  
.....

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