

Bist du schwanger und zwischen 15 und 24 Jahre alt?

WERDE TEIL DER  
**GRUPPE FÜR JUNGE  
SCHWANGERE**

Gemeinsam statt allein: Triff andere werdende Mütter in deiner Altersgruppe

Alle wichtigen  
Vorsorge-  
untersuchungen

Austausch mit  
anderen Schwangeren

Alle Infos zu  
Schwangerschaft  
und Baby



Infos und Kontakt:

[hebammen-niedersachsen.de/junge-schwangere](https://hebammen-niedersachsen.de/junge-schwangere)

Ein Projekt des Hebammenverband Niedersachsen e.V.



## 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 Mai bis Dezember. Wir treffen uns in einer Hebammenpraxis in Hannover. Die genauen Termine werden gemeinsam festgelegt. Wir freuen uns auf dich!

Infos und Kontakt:



[hebammen-niedersachsen.de/junge-schwangere](https://hebammen-niedersachsen.de/junge-schwangere)

Ein Projekt des Hebammenverband Niedersachsen e.V.