

# GEBURTSPREBEREITUNGSKURS

Rund um die Schwangerschaft und Geburt eures Babys gibt es bestimmt viele Gedanken, die euch im Kopf herumschwirren. Gemeinsam machen wir uns auf den Weg durch diese besondere Zeit, um aufkommende Fragen zu beantworten.

Wir werden darüber sprechen, was euch in den letzten Wochen eurer Schwangerschaft erwartet, welche geburtsvorbereitenden Maßnahmen und Anzeichen für die bevorstehende Geburt es gibt. Wir schauen uns die Vorgänge im Körper an, wie euer Baby dabei mithilfe geboren zu werden und besprechen Methoden zum Umgang mit den Wehen. Auch der Kaiserschnitt und die Hausgeburt werden Themen sein, die wir behandeln. Wir unterhalten uns ausführlich über die Zeit nach der Geburt, das Stillen und den Umgang und die Bedürfnisse eines Neugeborenen. In der Partnereinheit geht es um die Aufgaben, die dein:e Partner:in während der Geburt und nachfolgend im Wochenbett übernehmen kann. Den letzten Termin vereinbaren wir nach der Geburt eures Babys. Dabei tauschen wir uns über euer Geburtserlebnis und die erste Zeit mit dem neuen Familienmitglied aus.

**In gemütlicher Atmosphäre besprechen wir gemeinsam eure Fragen und Erwartungen zur bevorstehenden Zeit.**



**WANN**

1. Termin: Mi 02.04.2025, 18:00 - 20:00
2. Termin: Mi 09.04.2025, 18:00 - 20:00
3. Termin: Mi 16.04.2025, 18:00 - 20:00
4. Termin: Mi 23.04.2025, 18:00 - 20:00
5. Termin: Mi 30.04.2025, 18:00 - 20:00, Partnereinheit
6. Termin: Mi 07.05.2025, 18:00 - 20:00
7. Termin mit Baby, wird noch vereinbart

**WO** Gravidarium, Ortenburger Straße 15a,  
9800 Spittal/Drau

**KOSTEN** 165 €

**ANMELDUNG** Hebamme Marina Hammer  
+43 (0) 664 130 29 91  
info@marina-hebamme.at