HAUS DER FAMILIE

Wir erwarten unser Kind - Geburtsvorbereitung

Zeitraum

Sa., 21.02.2026
ab 10:00 Uhr
So., 22.02.2026
bis 17:00 Uhr

Zielgruppe

Paare, die das erste Kind erwarten

Referent:innen

Julia Luna Cappelletto
Hebamme, Stillberaterin, prä- und postnatale Trainerin
Martin Schweitzer
Männercoach, Impact Investor, Finanzexperte
Silvia Weissteiner
Hebamme, Fachtherapeutin für „Emotionelle Erste Hilfe“

Kursbeitrag

150,00 € pro Paar

Das Wunder hat begonnen: Ihr werdet Eltern. An diesem Wochenende könnt ihr euch mit anderen Paaren auf die Geburt eures Kindes und die Zeit danach einstimmen. Ein interdisziplinäres Team aus Hebammen, Stillberaterinnen IBCLC, Fachberaterinnen für „Emotionelle Erste Hilfe", Körpertherapeutinnen, Coaches und Pädagoginnen reflektieren mit euch über folgende Aspekte:

- Körperliche Vorgänge und Veränderungen während der Schwangerschaft
- Bewegungs- und Entspannungsübungen für die Zeit vor, während und nach der Geburt
- Partnerhilfe und Massage
- Körper- und Atemwahrnehmung
- Geburtsvorgang und die erste Zeit danach (stillen, schlafen, Partnerschaft)
- Die ersten Stunden und Tage mit dem Baby im Krankenhaus und zu Hause
- Eltern-Kind-Bindung
- Eltern werden, Paar bleiben

Je nach Referentinnenteam werden unterschiedliche Schwerpunkte gesetzt.