

**Freitag:**

9.00 bis 12.45 Uhr (5 Unterrichtsstunden), nötige Patientin: eine Schwangere im 7-9 Monat

13.45 bis 16.45 Uhr (4 Unterrichtsstunden), nötige Patienten: eine entbundene Mutter und ein Neugeborenes

9 Uhr: Begrüßung

9.15 bis 10.15 Uhr: Einführung in das Thema: „Baby-Nöte verstehen“ in Abhängigkeit von der werdenden Mutter in ihrer Schwangerschaft

10.15 bis 11.15 Uhr: Vorstellung und Behandlung einer Schwangeren (Hohlkreuz ausgleichen, Bauch weich machen, Striae vermeiden, Bandage, Abhilfe bei Sodbrennen, Hilfe bei Blasendruck und Frühgeburtbestrebungen, "Weichmachen" vom Gebärmutterhals für eine entspanntere Entbindung) und Rücksicht auf bereits vorhandene Kinder (kuscheln...) und Bedeutung der Sprache auf das Ungeborne,

11.15 bis 12.45 Uhr: Praxis: Üben an uns selbst, Hohlkreuz ausgleichen, Striae vermeiden, Bauch entspannen, Techniken bei Sodbrennen und Blasendruck, Bandagen sinnvoll einsetzen, mit Kindern entspannt umgehen und kuscheln können

12.45 bis 13.45 Uhr: Mittagspause

13.45 bis 15.15 Uhr: Vorstellung des ersten Babys, am besten ein Neugeborenes 1-6 Lebenswoche (Hilfsmittel, Nabelbinden, Schnuller, Stillen, Stuhlgang, Atmung, Asymmetrische Lagen, Bauchlage, falls noch Zeit: Ausblick auf eine physiologische Entwicklung mit Bedeutung der Reflexe fürs Kind, 1,5 Stunde)

15.15 bis 16.30 Uhr: Nachsorge der entbundenen Mutter vom Baby vorher (Folgen von Geburt/Sectio, Wochenfluss, Nackenverspannungen, Schlafmangel, wie schafft man die Voraussetzungen, dass die nächste Schwangerschaft und Entbindung besser werden), Bandage, Folgen von Hohlkreuz und PDA, was tun nach PDA – Kopfschmerzen, Kristeller-Handgriff und die möglichen Folgen aus osteopathischer Sicht, Techniken zum Ausgleich (Galle/ Magen/ Blase/ Uterus)

16.30 bis 16.45 Uhr: Fragen und Antworten