

DIE Geburtsvorbereitung speziell für Mehrlingseltern

- mit Experten der MHH Hannover
- nur mehrlingserfahrene Referenten
- gestärkt und informiert in die Zeit vor, während und nach der Geburt



Diese Referenten machen unseren Kurs einzigartig

Hebamme Nina Meier hat schon vielen Mehrlingen auf die Welt geholfen. Kompetent und liebevoll wird sie nun euch auf die Geburt eurer Kinder vorbereiten.

Dr. Rüdiger Klapdor, Oberarzt der MHH-Frauenklinik, erläutert, auf welche Weise ihr eure Kinder auf die Welt bringen könnt. Denn bei Mehrlingen stellen sich andere Fragen als bei nur einem Kind.

Cornelia Kastaun, Still- und Laktationsberaterin IBCC, verschafft euch mit Tipps zu Ernährung und Handling die besten Voraussetzungen für einen harmonischen Stillstart.

Drillingsmama Silvana Kathmann hat vier Söhne. Die jüngsten drei kamen am gleichen Tag. Unaufgeregt und humorvoll spricht sie darüber, was möglich ist oder möglich gemacht werden kann im "Viele-Kids-auf-einmal"-Alltag.

So könnt ihr uns erreichen und euch euren Platz sichern

Interessiert ihr euch für den zweitägigen Geburtsvorbereitungskurs mit extrakind? Ihr habt die 18. Schwangerschaftswoche erreicht und möchtet euch nun auf die Geburt eurer Kinder vorbereiten? Dann meldet euch an. Schreibt eine Mail an info@extrakind.de. Der Mütteranteil beträgt 99 Euro, der Partneranteil liegt bei 150 Euro. Üblicherweise übernimmt eure Krankenkasse große Anteile. Die Kursgebühr beinhaltet die Teilnahmegebühr am Geburtsvorbereitungskurs sowie eine Referenten- und Verpflegungspauschale. Wann der nächste Kurs stattfindet, lest ihr auf www.extrakind.de



ÜBER(S)LEBEN MIT ZWILLINGEN UND DRILLINGEN

extrakind ist eine Plattform. Ein Informations-Marktplatz. Ein wachsendes Kompetenzzentrum für alle Eltern, die gleichzeitig mehr als ein Baby zur Welt bringen werden oder zur Welt gebracht haben. Besucht uns doch mal im Netz.

www.extrakind.de

„So einen Kurs hätte ich mir vor der Geburt unserer Jungs gewünscht. Menschen, die einem sagen: Ihr schafft das. Und am besten auch noch wie.“

Silvana Kathmann, Drillingsmama und Referentin

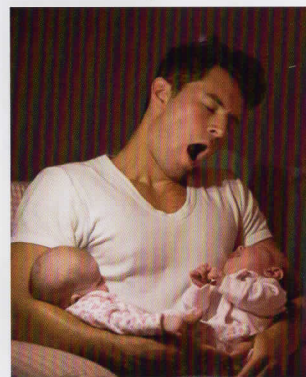
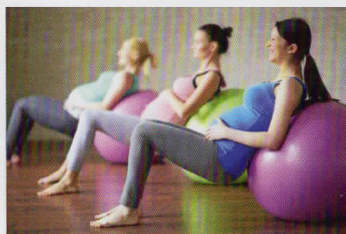
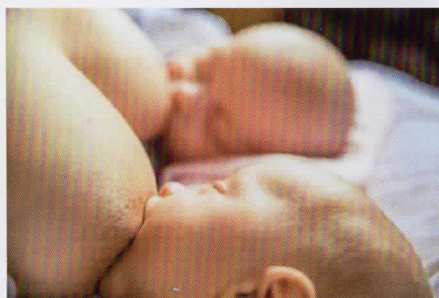
Willkommen bei extrakind...

Herzlichen Glückwunsch! Ihr bekommt Mehrlinge! Was für eine Nachricht. Ich kann mich genau an den Augenblick erinnern, als wir erfahren haben, dass wir Zwillinge erwarten. Zwei winzige Herzpunkte blinkten damals auf dem Monitor und brachten riesige Freude aber auch große Fragen in unseren Alltag. Schwangerschaft. Geburt. Wochenbett. Stillzeit... Ich habe mir bis heute – und aus unseren Pünktchen sind längst stramme Jungs geworden – oft gewünscht, kompetente Experten fragen zu können. Dabei hatte ich ja schon drei Kinder auf die Welt gebracht. Aber die Fragen, die sich mir mit meinen Zwillingen stellten, beantworteten die üblichen Kurse und Ratgeber nicht. Deshalb habe ich extrakind gegründet. Unsere Referenten sind ausnahmslos zwillings- und drillingserfahren und wissen wovon sie sprechen. Lernt unsere Hebammen, Ärzte, Stillberaterinnen und Mehrlingsmamas kennen und macht euch gemeinsam mit uns gut vorbereitet auf die spannende Reise ins Leben mit euren Kindern! Ihr tragt ein großes Geschenk in euch!



Alexandra Jaeger (38), Referentin, Gründerin und Mama von Lina, Anton, Jonas, Hannes und Vincent

extrakind DAS IST GEBURTSVORBEREITUNG SPEZIELL FÜR DIE BEDÜRFNISSE VON MEHRLINGSELTERN



Vor der Geburt: Optimal vorbereitet sein hilft

- » Wie groß ist die Herausforderung dieser besonderen Schwangerschaft für euren Körper? Ärzte und Hebammen berichten
- » Fit für drei, gesund für vier? Ernährung und Bewegung in der Mehrlingsschwangerschaft
- » Doppeltes Glück... dreifache Kosten? Was ihr wirklich braucht und was eher nicht
- » Elternzeit und Elterngeld: Diese Möglichkeiten gibt es

Die Entbindung: Anschaulich und ohne Berührungsängste

- » Was bedeutet es konkret, mehr als ein Kind gleichzeitig zur Welt zu bringen? Der Klinikarzt und die Hebamme erklären es
- » Wie und wo sollen eure Babys zur Welt kommen? Wir helfen bei der Entscheidung
- » Geburtspositionen, Spontangeburt und Kaiserschnitt? So geht ihr angstfrei in eure Entbindung
- » Was sind Kreißsaal und Wöchnerinnenstation? Begleitet uns in die Räume der Medizinischen Hochschule Hannover (MHH)

Die ersten Wochen und Monate: Nie mehr allein

- » Gleichzeitig wickeln? Gleichzeitig tragen, schmusen und trösten? Wir zeigen, wie es funktionieren kann
- » Wochenbett mit Mehrlingen – So kommt ihr zu Kräften und wachst als Familie zusammen
- » Mehr als ein Kind stillen – Wie geht das? Unsere Stillberaterin gibt einen Einblick
- » Wer hilft in den ersten Wochen nach der Geburt? Profitiert von den Erfahrungen und Tipps unserer Mehrlingseletern
- » Wie bleibt ihr noch „Paar“ und „ich“? Unsere Experten geben Strategien an die Hand