

Einmal im Monat findet das Warmup in der Klinik Oranienburg statt. Die konkreten Termine erfahren Sie bei der Anmeldung.

Bitte melden Sie sich telefonisch an unter: 03301 66-1013  
(in der Zeit von 15 bis 20 Uhr)

## Kontakt

Oberhavel Kliniken GmbH  
Klinik Oranienburg  
Robert-Koch-Str. 2-12  
Kreißaal  
16515 Oranienburg  
Telefon: 03301 66-1013  
[www.oberhavel-kliniken.de](http://www.oberhavel-kliniken.de)



Alle Angebote der Klinik Oranienburg für die Zeit vor und nach der Geburt finden Sie auf unserer Website.



# Wie, was, wann?

Ihr Geburts-Warmup  
in der Klinik Oranienburg



ZERTIFIZIERTE  
GEBURTSKLINIK



[www.babyfreundlich.org](http://www.babyfreundlich.org)

## Unser Kursangebot im Überblick

In kompakten 90 Minuten gibt es beim Geburts-Warmup in der Klinik Oranienburg alles Wichtige rund um die Geburt.

### Vorfreude und Geburt

- Latenzphase, Eröffnungsphase, letzte Phase der Geburt: Wovon reden die da? Was ist wann und was passiert?
- Wann in die Klinik?
- Platsch! Ist die Blase gesprungen?
- Der Entbindungstermin ist gekommen. Heißt das jetzt Einleitung?
- Schmerzlinderung: Welche Möglichkeiten gibt es?
- Wie kann die Begleitperson mich unterstützen?
- Das Baby ist da!

### Sanfter Start mit dem Baby

- Was erzählen die da von Bonding?
- Wie ernähre ich mein Baby? Das erste Anlegen. Aber was ist, wenn ich nicht stillen möchte?
- Wie kann ich selbst Kolostrum (die erste Muttermilch) gewinnen?
- U1 – der erste Check-up des Kindes
- 2. Lebenstag – jetzt heißt es durchhalten! Was möchte mein Säugling heute besonders?
- Ambulante Geburt
- Das frühe Wochenbett, was muss ich beachten?



## Geburts-Warmup

alle wichtigen Informationen in 90 Minuten

Die Geburt ist ein aufregendes, einmaliges Erlebnis, das für werdende Eltern oftmals mit vielen Fragezeichen verbunden ist. Wann muss ich in die Klinik und was gehört eigentlich alles in die Kliniktasche? Ich bin jetzt im Kreißaal und was nun? Und nach der Geburt – wie geht es im Wochenbett weiter?

Das Hebammenteam der Oranienburger Geburtshilfe unterstützt Sie bei der Beantwortung Ihrer Fragen und stimmt Sie in diesem Warmup bestmöglich auf die Geburt in unserer Klinik ein.

