

## Thementage Selbstbestimmt durch Schwangerschaft

<b>Projekträger</b>	Initiativ Liewensufank, 20, rue de Contern in 2-5955 Itzig, Luxemburg Netzwerk „Wurzeln und Flügel“, Trier
<b>Strategische Partner</b>	Stadtverwaltung Trier, Frauenbeauftragte, Am Augustinerhof, 54290 Trier, Deutschland
<b>Datum/Ort</b>	2. November 2019, Trier 22. November 2019, Luxemburg

**Ziele** Die zwei Thementage zielten darauf ab, Schwangere aus Trier, Luxemburg und Umgebung über wichtige Inhalte rund um das Thema Schwangerschaft zu informieren und Raum für einen grenzüberschreitenden Austausch zu schaffen.

**Beschreibung** Die Thementage zielten darauf ab, Schwangere aus Luxemburg, Trier und Umgebung umfangreich über die Themen Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett und Elternsein zu informieren. Am ersten Projekttag „Selbstbestimmt durch Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett“ am 2. November 2019 wurden folgende Themen behandelt: Bindungsentwicklung, Säugetiergeburt, Schwangerschaftsvorsorge/-begleitung, die sichere Geburt im klinischen/außerklinischen Kontext, Hypnobirthing, das Rebozotuch zur Unterstützung in der Schwangerschaft und während der Geburt, die erste gemeinsame Zeit (das Wochenbett) und Vater, Mutter, Paar sein. Dabei informierten drei Hebammen, eine Doula, eine Hypnobirthing Kursleiterin, eine Trageberaterin, eine Stillberaterin, eine Bindungsanalytikerin und ein Geburtsbegleiter die Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Neben den informativen Vorträgen wurde viel Zeit und Gelegenheit gegeben Fragen zu stellen. Darüber hinaus lagen auf mehreren Tischen Bücher und Fachliteratur zur Ausleihe bereit. Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer erhielten auch ein Handout mit vielen hilfreichen Links und Quellenangaben zum Input des Tages.

-  Beteiligte Regionen
-  Unbeteiligte Regionen



Am zweiten Projekttag fand ein Workshop zum Thema „Heilungswege nach traumatisch erlebter Geburt und Kaiserschnitt“ statt. Die Referentin Flavie Singirankabo erarbeitete mit den 25 anwesenden Personen, darunter überwiegend Fachpersonal, aber auch betroffene Eltern, einfühlsam, sensibel und fachlich fundiert, Wege zum Umgang mit betroffenen Müttern und Vätern. Eigene Erfahrungen wurden beleuchtet und geeignete Möglichkeiten der Aufarbeitung eines traumatisch erlebten Geburtsvorgangs wurden besprochen.

Nach den zwei Projekttagen bekamen alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer den theoretischen Inhalt des Abends als PDF zugeschickt. Einige Teilnehmerinnen konnten wichtige Kontakte knüpfen und verschiedene Adressen in der Region zur Weiterbehandlung der Thematik wurden ausgetauscht.

### Links

<https://www.facebook.com/events/blockhaus-der-waldorfschule-trier/selbstbestimmt-durch-schwangerschaft-geburt-und-wochenbett/2369816496406735/>