



Natascha Schodritz, Otto Auer und Nadine Jahner. Foto: privat

Für eine sanfte Geburt

Geburtenvorbereitung | Höflein präsentiert sich als die erste Gemeinde Österreichs, die die neuartigen Kurse anbietet.

Von Cynthia Kirchhauer

HÖFLEIN | „Hypno-Birthing“ nennt sich eine Form der Geburtenvorbereitung, auf die Pro-

mis wie Prinzessin Kate, Demi Moore und Jessica Alba schwören.

Nun gibt es in Österreich erstmalig die Gelegenheit, diese Geburtsvorbereitung der anderen Art zu erleben.

Die beiden Höfleinerinnen Natascha Schodritz und Nadine Jahner haben es sich zur Aufgabe gemacht, werdende Mütter während ihrer Schwangerschaft zu begleiten und ihnen die Angst vor der Geburt zu nehmen. „Die Geburt eines Babys ist für die gesamte Familie ein

spannendes Ereignis. Es soll ein schönes Erlebnis für die Mama und ein guter Start ins Leben für das Baby sein“, so die Höfleinerinnen, die mit Anfang des Jahres die Ausbildung für die Praxis des „Hypno Birthings“ abgeschlossen haben. „Hypno Birthing“ ist eine natürliche Methode der Selbstsuggestion, um die Geburt möglichst sanft und entspannt zu erleben. „Bei der sanften Geburt stehen Mutter und Kind im Vordergrund und nicht die medizinischen Aspekte“, erklären die beiden.