



Schwangerschaft: 6. Monat (21. bis 24. Woche)

Mama und Baby

Datum: _____



Mein Baby wächst

Jedes Baby ist anders.

Ich bin 30 Zentimeter groß.

Ich bewege mich.

Ich werde immer schwerer.
Ich wiege 600 bis 800 Gramm.



Ich nuckel am Daumen.

Ich merke schon viel.
Mein Gehirn entwickelt sich.

Mein Baby und ich

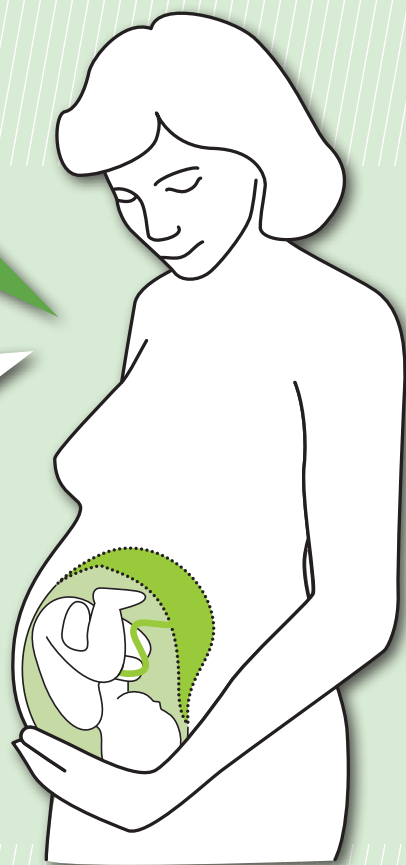
Ich werde Mutter.
Ich denke an mein Baby.

Manchmal merkst du mein Knie
oder meinen Arm.

Zu diesen Zeiten bewegt sich mein Baby:

Ich schlafe immer zu den selben Zeiten.

Dann schläft mein Baby:



Das war in der letzten Woche ein schöner Gedanke an mein Baby:

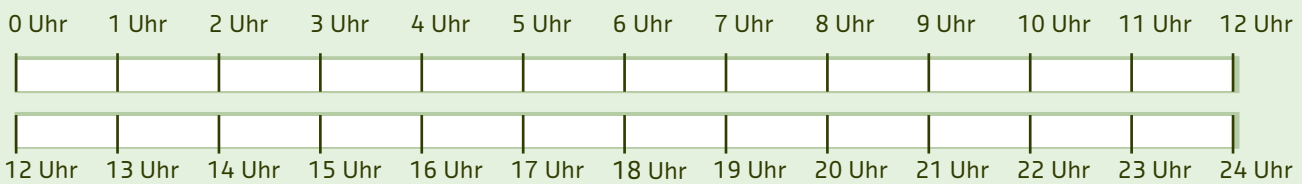
Zeit für mich

Meinem Baby geht es gut.
Nun denke ich an mich.
Das tut auch meinem Baby gut!

So geht es mir jetzt:



Pausen sind wichtig!
Wann mache ich Pausen?
Wann schlafe ich?



Darüber denke ich nach:

Mit dieser Person kann ich darüber reden:



Tipp:

Jetzt ist es Zeit für den
Geburts-Vorbereitungs-Kurs.

Fragen Sie die Hebamme.

Ich passe auf mein Baby auf

Das Baby merkt, wie es mir geht.
Manchmal habe ich Stress.
Mein Baby merkt den Stress.
Darum versuche ich
ruhig zu sein.

Das hilft mir bei Stress:

Diese Person kann mir helfen:



Das hat mir heute gefallen:
