



Schwangerschaft: 9. Monat (33. bis 36. Woche)

Mama und Baby

Datum: _____



Mein Baby wächst

Ich nehme jede Woche 200 Gramm zu.

Ich bin 40 bis 45 Zentimeter groß.

Ich muss in deinem Bauch noch weiter wachsen.
Das kannst du dafür tun:



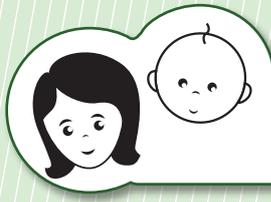
Jedes Baby ist anders.

Ich übe schon zu atmen.
Manchmal bekomme ich einen Schluckauf.

Ich habe wenig Platz im Bauch.
Ich spüre dich jetzt noch mehr.

Jeden Tag trinke ich Frucht-Wasser.

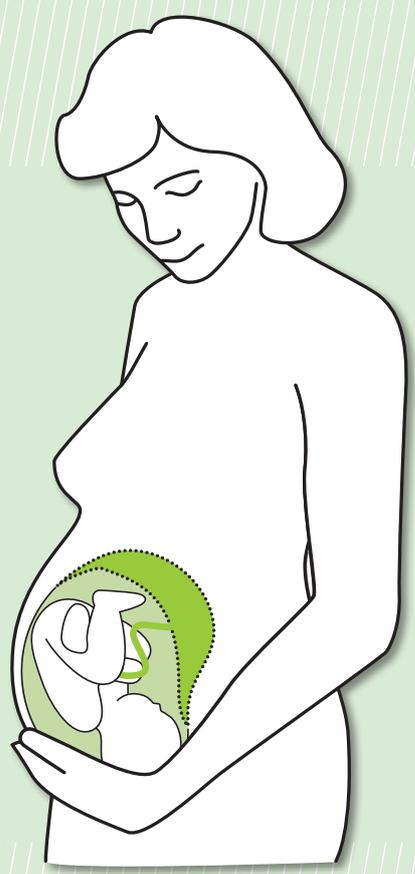
Mein Baby und ich



Ich werde Mutter.
Ich denke an mein Baby.

Bin ich ein ruhiges Baby?
Oder bewege ich mich viel?
Wie bin ich noch?

So stelle ich mir mein Baby vor:



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!

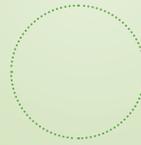
So geht es mir jetzt:



Darüber denke ich nach:

Mein Baby wird immer schwerer.
Ich spüre meinen Rücken.
Das kann ich tun:

Mit dieser Person kann
ich darüber reden:



Tipp:

Tasche für die Zeit im Kranken-Haus packen.
Was soll in die Geburts-Tasche?
Reden Sie mit der Hebamme.

Ich passe auf mein Baby auf

Ich habe Fragen zur Schwangerschaft.
Ich habe Fragen zur Geburt.
Die Hebamme kann sie beantworten.

Darüber will ich reden:



Das hat mir heute gefallen:
