



**RUDOLFINERHAUS
PRIVATKLINIK**

DIE ERSTE ADRESSE FÜR IHRE GESUNDHEIT

GEBURTSHILFE

Rudolfinerhaus Privatklinik GmbH
Billrothstraße 78, A-1190 Wien

T +43 (0)1 360 36-6159
geburtshilfe@rudolfinerhaus.at

KURSE, WORKSHOPS & VORTRÄGE

Das Team der Geburtshilfe bietet Ihnen und Ihrer Familie laufend ein umfassendes Angebot an Fachveranstaltungen, die viele spannende Fakten als auch Tipps rund ums Thema Schwangerschaft, Geburt sowie der Zeit danach beinhalten.

Alle Termine
finden Sie
auf unserer
Webseite.



KURSE

GEBURTSVORBEREITUNG

In der spannenden Zeit der Schwangerschaft und zur Vorbereitung auf die Geburt für werdende Eltern (zwischen der 28. & 30. Schwangerschaftswoche).

Kursleitung: Hebammen & Gesundheits- & Krankenpflege, Kinder- & Jugendlichenpflege
Wann: dienstags, 18:00–19:30 Uhr, Kursbeginn jeweils einmal im Monat (siehe Termine)
Kosten: 190 € (für 5 Einheiten)
Anmeldung: per Anmeldeformular auf unserer Webseite

GEBURTSVORBEREITUNG BEI KAISERSCHNITT

In der spannenden Zeit der Schwangerschaft und zur Vorbereitung auf die Geburt speziell per Kaiserschnitt für werdende Eltern.

Kursleitung: Hebammen & Gesundheits- & Krankenpflege, Kinder- & Jugendlichenpflege
Wann: 18:00–19:30 Uhr (siehe Termine)
Kosten: 190 € (für 3 Einheiten)
Anmeldung: per E-Mail an kursanmeldung@rudolfinerhaus.at

SCHWANGERSCHAFTSGYMNASTIK

Durch Bewegung zu mehr Wohlbefinden in der Schwangerschaft. Gezielt kräftigen und dehnen wir für die Geburt wichtige Muskelgruppen. (Kleingruppen zu max. 8 Frauen)

Kursleitung: Hebammen & Gesundheits- & Krankenpflege, Kinder- & Jugendlichenpflege
Wann: donnerstags, 17:00–18:00 Uhr bzw. ab 2026 16:30–17:30 Uhr (siehe Termine)
Kosten: 190 € (für 5 Einheiten)
Anmeldung: per E-Mail an kursanmeldung@rudolfinerhaus.at

RÜCKBILDUNGSGYMNASTIK

Nach der Geburt brauchen vor allem die Bauch- und Beckenbodenmuskulatur Hilfe. Mit gezielten Übungen kräftigen wir diese beiden Bereiche und unterstützen die Rückbildung. (Kleingruppen zu max. 5 Frauen + Babys)

Kursleitung: Hebammen & Gesundheits- & Krankenpflege, Kinder- & Jugendlichenpflege
Wann: mittwochs, 09:30–10:30 Uhr (siehe Termine)
Kosten: 190 € (für 5 Einheiten)
Anmeldung: per E-Mail an kursanmeldung@rudolfinerhaus.at

Alternativ stehen Ihnen für eine individuelle Rückbildung die Therapeutinnen der Physikalischen Medizin & Rehabilitation ambulant zur Verfügung. Details auf unserer Webseite.



WORKSHOPS

BABYPFLEGE

Ziel des Workshops ist die Förderung der elterlichen Autonomie und die Vermittlung von Sicherheit im Umgang mit dem neugeborenen Baby:

- Babyhandling (wickeln, baden, drehen, heben)
- Grundbedürfnisse von Mutter & Baby im Wochenbett
- Praktische Übungen mit Puppen
- Wach-, Schlaf-, Bindungs- & Schreiverhalten des Babys

Workshopleitung: Gesundheits- & Krankenpflege, Kinder- & Jugendlichenpflege

Wann: 18:00–19:30 Uhr (siehe Termine)

Kosten: kostenlos

Anmeldung: per E-Mail an kursanmeldung@rudolfinerhaus.at

ERSTE HILFE BEI SÄUGLINGS- & KINDERNOTFÄLLEN

Sicherheit ist für uns ein wichtiges Thema. Daher bieten wir allen werdenden Eltern einen Workshop zum Thema Erste Hilfe bei Säuglings- & Kindernotfällen gemeinsam mit dem Wiener Roten Kreuz an. Sie erfahren was zu tun ist, wenn Ihrem Kind etwas passiert – damit Sie im Falle des Falles bestmöglich vorbereitet sind:

- Basismaßnahmen Erste Hilfe inkl. Notruf
- Wiederbelebung bei Säuglingen
- Stabile Seitenlage (Säuglinge & Kinder)
- Verschlucken (Säuglinge & Kinder)

Workshopleitung: Wiener Rotes Kreuz

Wann: 09:00–13:00 Uhr (siehe Termine)

Kosten: kostenlos für alle zur Geburt im Rudolfinerhaus angemeldeten Eltern

Anmeldung: per E-Mail an kursanmeldung@rudolfinerhaus.at

VORTRÄGE

Für alle interessierten (werdenden) Mütter & Väter bieten wir **kostenlos** zahlreiche Vorträge zu Themen rund um Schwangerschaft, Geburt & Familie.

Vortragende: Hebammen; Gesundheits- & Krankenpflege, Kinder- & Jugendlichenpflege;
Facharzt für Anästhesiologie & externe Referenten

Wann: 18:00–19:30 Uhr (siehe Termine)

Anmeldung: per E-Mail an kursanmeldung@rudolfinerhaus.at

SCHMERZLINDERUNG UNTER DER GEBURT – PDA & CO.

Hier erfahren Sie alles über die Möglichkeiten der Schmerzlinderung:

- Erstmaßnahmen durch die Hebamme
- Medikamentöse Unterstützung bzw. „Kreuzstich“ – Periduralanästhesie (PDA)

VATER WERDEN IST NICHT SCHWER – VATER SEIN? AUCH NICHT!

Die Partnerin ist schwanger – und jetzt? Fragen über Fragen – aber oft ganz andere, als die der werdenden Mama! Deshalb gibt es diesen Abend VON Vätern FÜR Väter: Man(n) kann sich austauschen, bekommt Informationen & Anregungen über diese besondere Zeit und vielleicht den einen oder anderen neuen Blickwinkel auf das spannende, zukünftige Leben als Vater & Partner.