



Von Anfang an gut versorgt

Osteopathie und Physiotherapie für Mamis & Babys

Sonja Mühlbacher – Physiotherapeutin

Nina Pernikar - Osteopathin



Physiotherapie
&
Osteopathie

Schwangerschaft

Geburt

Rückbildung

Baby

Schwangerschaft

1. Trimester 1-12 SSW (1-3 SS-Monat)
2. Trimester 13-28 SSW (4-6 SS-Monat)
3. Trimester 29-40 SSW (7-9 SS-Monat)



Geburt

1. Geburtsvorbereitung
2. physiologischer Ablauf
 1. Spontangeburt
 2. Kaiserschnitt
3. Willkommen Baby



welcome
little
one

Rückbildung

```
graph TD; A[Rückbildung] --- B[1. WAS?]; A --- C[2. SPONTANGEBURT & KAISERSCHNITT]; A --- D[3. FRÜHWOCHENBETT]; A --- E[4. SPÄTWOCHENBETT]; A --- F[5. WIE & WARUM?];
```

1. WAS?

2. SPONTANGEBURT &
KAISERSCHNITT

3. FRÜHWOCHENBETT

4. SPÄTWOCHENBETT

5. WIE & WARUM?

Baby

1. Warum?

2. Wann?

3. Was?



A stylized, light gray leaf graphic with several pointed leaves, positioned in the upper left corner of the page. The background is split into a dark gray circle on the left and a light beige area on the right.

Vielen Dank

SONJA MÜHLBACHER
NINA PERNIKAR

PHYSIO ME –
PRAXIS FÜR PHYSIOTHERAPIE UND
OSTEOPATHIE

WWW.PHYSIO-MARIAENZERSDORF.AT