



Maria Bettina Fillafer

**Geburt bewusst erleben**

*Wie du deine Schwangerschaft achtsam und selbstbestimmt gestaltest*

Franz. Broschur

16,5 x 23,5 cm; ca. 144 Seiten

ISBN 978-3-7088-0782-9

Kneipp Verlag Wien

€ 22,00

**ET: 30.03.2020**

## Selbstbestimmt durch die Schwangerschaft

Vor, während und nach der Geburt ist eine wertvolle, aber auch besonders sensible Zeit. Immer mehr Frauen wünschen sich eine kontinuierliche und achtsame Begleitung durch Schwangerschaft, Geburt und Nachsorge. Maria Bettina Fillafer – selbst Mutter mit zwanzig Jahren Erfahrung als Hebamme – hat ein einzigartiges Konzept zur Geburtsvorbereitung entwickelt. Oberstes Gebot ist dabei das Recht der Frauen auf eine respektvolle und selbstbestimmte Geburt. Am Herzen liegt ihr die gesunde Balance zwischen tief verankertem Körperinstinkt, weiser Mütterlichkeit und den Errungenschaften moderner Geburtsmedizin. Ein Buch, das Frauen Mut macht, sich den Urkräften des Lebens im Vertrauen hinzugeben und das Neugeborene liebevoll willkommen zu heißen.

## In Balance zwischen der Weisheit des Körpers und den Errungenschaften moderner Geburtsmedizin

Die freie Hebamme **Maria Bettina Fillafer** ist Mutter eines erwachsenen Sohnes und begleitet Frauen seit mehr als 20 Jahren rund ums Gebären. Sie vereint moderne Geburtshilfe, praktische und bodenständige Unterstützung und die Tiefe und Lebendigkeit der Achtsamkeitspraxis bei dieser lebenbejahenden Aufgabe.



©Robert Richter

Rückfragehinweis:

Elisabeth Katzensteiner | Presse | Styria Buchverlage

E-Mail: [e.katzensteiner@styriabooks.at](mailto:e.katzensteiner@styriabooks.at) | Tel.: +43 1 512 88 08-83