



vidad
TUTORIALS

Mein Begleitbuch

Tutorial
NACH DER GEBURT

Secret Notes für den Papa



Wie schön!

Dein Baby ist geboren.

Es gibt so viel Neues! In aller erster Linie euer Baby. Wie ist es angekommen auf dieser Welt? Dann gibt es da noch deine Partnerin, die hoffentlich alles gut überstanden hat. Wie geht es dir in dieser ganzen neuen Situation? Wir möchten dir einen kleinen Raum eröffnen, dir darüber mal in Ruhe Gedanken machen zu können. Du wirst sehen, was sich alles im Vergleich zur Schwangerschaft verändert hat.

Auch wenn du das Tutorial noch während der Schwangerschaft nutzt, kannst du dir die Fragen einfach aufheben und nach der Geburt dann ausfüllen.

FREUDE

Wie war die Geburt
für dich?

Welche **Gefühle** hattest du in den ersten Momenten, als dein Baby auf der Welt war?

Was war dein erster Gedanke, als du dein Kind gesehen hast?

LIEBE

Wie fühlt es sich an, endlich

PAPA zu sein?



A large, light gray rounded rectangle with horizontal lines, serving as a writing area. It contains 20 horizontal lines for text entry.

Über was freust du dich am meisten?

STOLZ

Worauf bist du **besonders** stolz?

Wie sind deine **Nächte?**

Was geht dir durch den Kopf, wenn du nachts mit deinem Baby auf dem Arm durch die Wohnung wanderst?

MÜDE

WICKELN

Wie war das **erste Mal**
Wickeln für dich?