

Liebe frischgebackene Mama,

Herzlichen Glückwunsch zu eurem kleinen Wunder!

Als Hebamme begleitet dich Eva Derler auf der Wochenbettstation, und ich, Christina Pinegger, freue mich darauf, dich in meiner Praxis für Physiotherapie im Bereich Frauengesundheit unterstützen zu dürfen.

Tipps für dich und dein Baby

1. Rückbildung

Für alle Mütter egal welche Geburtsmethode: Die Rückbildung ist essenziell, um den Beckenboden zu stärken, eine stabile Körpermitte aufzubauen und mögliche Narben effektiv wieder in den Körper einzugliedern.

Ab Wann: zirka 6-8 Wochen nach der Entbindung

Für Wen: ich empfehle jeder Wöchnerin einen einmaligen Check Up, danach entscheiden wir gemeinsam, ob weitere Einheiten notwendig sind

Was brauche ich: eine ärztliche Verordnung für Physiotherapie, am besten bei deinem ersten Kontrolltermin bei deinem/deiner Gyn mitnehmen

Terminvereinbarung: Keine Zeit dafür? Kein Problem! Einfach online unter

www.fem-vital.at einen Wunschtermin aussuchen.

2. Cranio Sacrale Therapie

Dein Baby kämpft mit Bauchweh, lässt sich nur schwer beruhigen oder zeigt eine Asymmetrie am Kopf? Auch in diesem Gebiet habe ich jahrelange Erfahrung und begleite euch gerne mit meinem Wissen.

Eine frühzeitige Behandlung zeigt insbesondere bei Asymmetrien den besten Therapieerfolg!

Special für dich

Um den Check Up nach der Geburt noch attraktiver zu machen, biete ich für Eva´s Patientinnen die erste Einheit um 80,- statt 95,- Euro an.

Herzliche Grüße und bis bald,



PHYSIOTHERAPEUTIN

Christina Pinegger

CHRISTINA PINEGGER, Bsc MBA

Femvital Physiotherapie

PRAXIS MABY | Leonhardstraße 61/ Top2, 8010 Graz
PRAXIS VILLEFORTGASSE | Villefortgasse 13, 8010 Graz

+43 664 4372605
office@fem-vital.at
www.fem-vital.at