

## B1.23.1 Die Schwangerschaft

### La gravidanza



Viele Frauen merken schon im ersten Trimester Veränderungen. Am Anfang kann ein unangenehmes **Ziehen** im Bauch auftreten, das sich wie eine **Periode** anfühlt, weil sich die **Mutterbänder** dehnen. Manche erleben auch ein echtes **Schwangerschaftsgehirn** und vergessen öfter Dinge. Andere bekommen plötzlich **Lust** auf ungewohnte Lebensmittel wie Knäckebrot. Bestimmte Gerüche können stark stören - *darüber* sprechen viele erst später.

*Molte donne notano già dei cambiamenti nel primo trimestre. All'inizio può comparire un fastidioso **tirare** nella pancia, che sembra un **ciclo**, perché si allungano i **legamenti uterini**. Alcune vivono anche un vero **cervello da gravidanza** e dimenticano più spesso le cose. Altre all'improvviso hanno **voglia** di alimenti insoliti come il pane croccante. Alcuni odori possono dare molto fastidio - di questo molte parlano solo più tardi.*

1. Warum haben viele Frauen am Anfang der Schwangerschaft ein Ziehen im Bauch?
  - a. Weil der Arzt sofort eine Operation empfiehlt.
  - b. Weil sich die Mutterbänder dehnen.
  - c. Weil sie zu wenig schlafen und deshalb Bauchschmerzen haben.
  - d. Weil Kaffee den Magen im ersten Trimester beruhigt.
2. Was beschreibt das Wort "Schwangerschaftsgehirn" am besten?
  - a. Man hat sofort mehr Energie und Konzentration.
  - b. Man erinnert sich plötzlich an alle Details aus der Kindheit.
  - c. Man kann während der Schwangerschaft besonders gut planen.
  - d. Man vergisst häufiger Dinge wie den Schlüssel oder das Handy.

1-b 2-d

## 2. Stai aspettando un bambino e vuoi prepararti al parto.

**Compito:** Beschreibe kurz, welche Inhalte ein Geburtsvorbereitungskurs hat, wann der beste Zeitpunkt ist und wo man einen Kurs findet.

**URL:** So laufen Geburtsvorbereitungskurse ab

**Use in your answer:** der Geburtsvorbereitungskurs / die Hebamme / die Wehen / Atemtechniken / Entspannungsübungen / darüber