

## WOCHENBETT-DOULA- & -KOCH-TRAINING 2026

### TERMINÜBERSICHT 2026:

#### Die wichtigsten Termine im Überblick

Unsere Live-Calls finden in der Regel **montags um 17 Uhr** statt. Ausnahmen werden extra gekennzeichnet.

- Januar:**      **MODUL 1 – Das Wochenbett & seine Bedeutung**  
Trainingsstart: 7.1.2026 (Freigabe des ersten Moduls)  
Live-Calls intern: 12.1. & 26.1.2026
- Februar:**     **MODUL 2 – Ayurveda im Wochenbett**  
Live-Calls intern: 9.2. 2026  
Gastvortrag: „Ayurveda im Wochenbett“ & „Das Wochenbett ohne Baby“  
von Valeska Rosenberg: 26.2.2026
- März:**        **MODUL 3 – TCM im Wochenbett**  
Live-Calls intern: 6.3. & 23.3.2026
- INTENSIVSEMINAR 1 – Kick-Off – gemeinsamer Start ins Trainingsjahr  
inkl. Bodywork 1**  
TERMIN: 20.-22.3.2026  
ORT: Yoga 8, Alser Straße 26/III, 1090 Wien  
ZEITEN: Fr & Sa: 10-18 Uhr, So: 10-15 Uhr
- April:**        **MODUL 4 – Ernährung & Kochen im Wochenbett & Praxiswissen  
Wochenbettküche**  
Live-Call intern: 13.4.2026  
Gastvortrag „TCM Kraftsuppen – Küchenpraxis, Hygiene & Haltbarkeit“ mit  
Suse Grot von der Kraftsuppe Hamburg: 27.4.2026
- Mai:**         **MODUL 5 – Traditionelle und zeitgenössische Heilmethoden I**  
Live-Calls intern: 4.5. & 18.5.2026
- Juni:**         **MODUL 6 – Traditionelle und zeitgenössische Heilmethoden II**  
Live-Calls intern: 8.6. & 22.6.2026  
Gastvortrag mit Mariela Yalap, traditionelle mexikanische Hebamme (partera  
tradicional) „Traditionelle Rebozo-Anwendungen“: Termin wird noch bekannt  
gegeben
- Juli:**         **MODUL 7 – Stillen & Schlaf**  
Live-Calls intern 6.7. & 20.7.2026
- Doula Retreat 2026 im wunderschönen Salzkammergut\***  
Termin: 30.7.-2.8.2026  
*\*zusätzlich buchbar*

- August:** **MODUL 8: Besondere Herausforderungen in der Doula-Begleitung – Halten & Mitgehen in verletzlichen Lebensphasen**  
Gastvortrag „Trauer & Verlust als Doula begleiten“ mit Melanie Schneider von Sophie’s Universe: 10.8.2026
- 2 Gastvorträge zu „Traumasensible Geburtsbegleitung: Geburt als potenziell heilender Raum für Survivors“ mit Vanessa Lasys, Holistic Doula: 18.8. & 27.8.2026 (ACHTUNG: der erste Termin findet ausnahmsweise an einem Dienstag und der zweite Termin an einem Donnerstag statt!)
- September:** **MODUL 9: Business & Praktische Doula-Arbeit**  
„Ganzheitliche Business-Führung“ von Christina Danetzky, Gründerin von Matcha Mornings\*: 10.9.2026  
„Rechtliche Grundlagen zur Doula-Arbeit inkl. Datenschutz“ von Katarin Steinbrecher, Juristin & Doula\*: 24.9.2026  
\*ACHTUNG: beide Termine finden ausnahmsweise an einem Donnerstag statt
- INTENSIVSEMINAR 2 – Bodywork 2, Kommunikation und Marketing**  
TERMIN: 18.-20.9.2026  
ORT: Yoga 8, Alser Straße 26/III, 1090 Wien  
ZEITEN: Fr & Sa: 10-18 Uhr, So: 10-16 Uhr
- Oktober-Dezember: Integration & Abschluss**  
inkl. zwei 1:1 Mentoring-Calls (à 60 min.) mit Stephanie oder Alexandra  
Q&A-Calls: 5.10. & 23.11.2026
- Wochenbett-Kochworkshop „Healing food for newborn mothers“**  
Termin: 3.10.-4.10.2026  
\*ausgebucht – Anmeldung zur Warteliste möglich (per Email an [info@milkmother.com](mailto:info@milkmother.com))
- ABSCHLUSS-CALL MIT ABSCHLUSSPRÜFUNG: 14.12.2026, 17 Uhr**