

Pressemitteilung

the weeks Wochenbett-Podcast: Wissen und Wahnsinn auf die Ohren.

the weeks hat den ersten Podcast nur fürs Wochenbett gelauncht. Es geht um Baby blues und Wochenbettdepressionen, den ersten Sex nach der Geburt, Wochenbetten ohne Partner und die Ernährung in der ersten Zeit nach der Geburt. Neben Interviews mit hochkarätigen Expert*innen erzählen echte Frauen aus ihren Wochenbetten, geben Tipps und teilen den Wahnsinn aus Höhen und Tiefen, den sie nach der Geburt erlebt haben. Das Besondere: Alle Folgen drehen sich nur um die körperlichen und mentalen Herausforderungen und wirklich beeindruckenden Leistung von Müttern (und manchmal auch Vätern) im Wochenbett.

ALLES IST OK - der Wochenbett-Podcast

Wochenbett und Podcast - a match made in heaven. Während des Stillens, Kuschelns, und Baby-Anguckens kann es in der ersten Zeit nach der Geburt zwischendurch auch mal ganz schön langweilig werden. Und weil sich Bücherlesen und Seriengucken nicht immer so super mit den kleinen Babies verträgt, greifen viele Frauen im Wochenbett auf Audio-Inhalte zurück. "Ich hätte mir in meinem eigenen Wochenbett einen Podcast gewünscht, der mich unterhält und auch ein paar der verrückten Sachen, die im Wochenbett so passieren, erklärt. Darum machen wir jetzt den Wochenbett-Podcast und versorgen Frauen mit Wissen und echten Wochenbett-Geschichten" so Podcast-Host Lea Borgmann.

Empowerment im Wochenbett

Als Fem Health Startup empowert the weeks Mütter mit Wochenbettwissen zu mehr Selbstbestimmtheit nach einer Geburt – ohne Dogmen und Bevormundung. Mit unserem breiten Wissens-Angebot aus Online-Magazin, Social Media-Kanälen, Empowerment-Websites und - ganz neu - diesem Podcast versorgen wir Frauen im Wochenbett – mit Haltung und Humor. Dabei stehen wir für Aufklärung statt Autorität und Wissenschaft statt Glaubenssätze – und sagen immer laut: alles ist ok.

Die Gründerin

Host des Wochenbettpodcasts von the weeks ist Lea Borgmann. Die 34-Jährige hat Journalismus und Public Health studiert, ist Expertin für Frauengesundheit und wurde im April 2020 selbst zum ersten Mal Mutter. Sie hat das Wochenbett-Startup the weeks in ihrer Elternzeit gegründet, weil sie in ihrem eigenen Wochenbett ziemlich verwundert war, wie wenig über die erste Zeit nach der Geburt gesprochen wird. Darum will sie mit the weeks Frauen dazu ermutigen, von ihren Geschichten, Struggles und Tipps zu erzählen und sie - unter anderem in diesem Podcast - mit fundiertem Wissen und Expertinnen-Infos zum Wochenbett versorgen.

the weeks

E. info@theweeks.de, W. www.theweeks.de, I. [instagram.com/theweeks_maternity](https://www.instagram.com/theweeks_maternity)