



Bernhard Gitschtaler

**Papa werden!**

**Das größte Abenteuer deines Lebens**

Mit Illustrationen von Jan Philipp Schwarz

Format 13,5 x 21,5 cm | 208 Seiten

Klappenbroschüre

ISBN 978-3-7015-0621-7

€ (A, D) 19,90

Orac

Auch als E-Book erhältlich

**ET: 4. März 2020**

### Freude, Sorgen, Überraschungen: alles, was werdende Väter wissen sollten

Im Herbst 2018 kommt die Nachricht, die Bernhard Gitschtalers Leben auf den Kopf stellt: „Ich bin schwanger!“, sagt seine Freundin. Zu der Freude mischen sich bald Sorgen und Erwartungen. Also beginnt er zu schreiben und spart keine Frage aus, die er sich selbst auch gestellt hat: Wann sind die fruchtbaren Tage? Was verändert sich im Körper meiner Partnerin und wie unterstütze ich sie am besten? Wie und wann weihen wir Freunde und Verwandte ein? Sex während der Schwangerschaft? Welche Ausstattung darf im Kinderzimmer nicht fehlen? Und vor allem: Was für ein Vater will ich sein?

Bernhard Gitschtaler erzählt warmherzig, humorvoll und offen von der bisher aufregendsten Zeit seines Lebens. Von der Zeugung bis zu den ersten Monaten mit dem Nachwuchs schildert er, wie es ist, sich auf eine emotionale Reise zu machen, die niemals abgeschlossen sein wird. Was bleibt, was ändert sich? Ein wunderbarer Begleiter für werdende Papas und alle, die es werden wollen.

Papa sein ist großartig, findet **Bernhard Gitschtaler**. Wenn Gitschtaler gerade nicht als Vater gebraucht wird, betätigt er sich als Autor. Der studierte Politikwissenschaftler, Sozialarbeiter und Hobby-Historiker engagiert sich auch im Feld der Erinnerungspolitik und ist Obmann des Vereins *Erinnern Gailtal*. In seiner Freizeit betreibt er die *Gailtaler Zeitbilder* und ist leidenschaftlicher Vespafahrer. Neben seiner Tätigkeit als Sozialarbeiter in einem Jugendzentrum ist er Kolumnist bei der Kärntner Allgemeinen Zeitung *kaz.* und als Fremdenführer aktiv.