

# Infomappe

## Modul Tragen im Wochenbett



Die erste Zeit nach der Geburt ist eine besonders sensible Phase – für das Baby, aber auch für die Eltern. Als Hebamme oder Pflegefachperson in der Wochenbettbetreuung begleitest du Familien in genau dieser intensiven Zeit. Deshalb ist es entscheidend, dass du über aktuelles, praxisnahes Wissen rund um den Themenbereich Tragen verfügst. Diese fundierte Weiterbildung hilft dir, Eltern gezielt zu unterstützen und deine Beratung kompetenter und sicherer zu gestalten.

# Praxisnahe Umsetzung

## im Wochenbettalltag

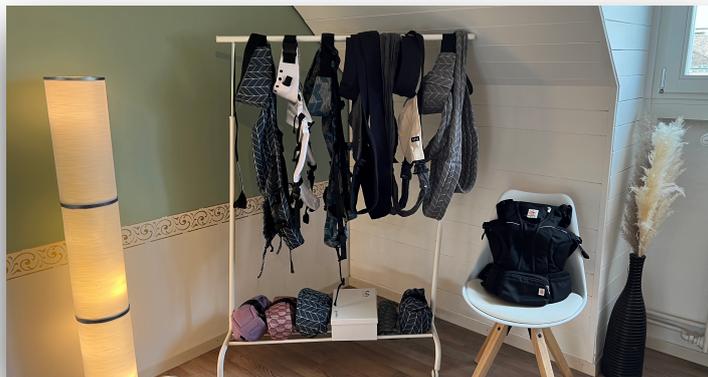
Im direkten Kontakt mit jungen Familien wirst du immer wieder mit Fragen rund um das Tragen konfrontiert:

Welche Tragehilfe ist geeignet? Ab wann und wie lange darf getragen werden? Ist Tragen sicher? Kann nach Sectio getragen werden? Ab wann kann auf dem Rücken getragen werden? Hat das Kind zu warm/kalt? Wird das Kind durchs tragen verwöhnt?

In dieser Weiterbildung lernst du:

- typische Fragen im Alltag souverän zu beantworten
- Tragen praktisch zu demonstrieren
- individuelle Empfehlungen und Bezugsquellen anzugeben

Damit kannst du Eltern direkt vor Ort eine wertvolle Orientierung bieten – praxisnah, realistisch und alltagsrelevant.



## Kompetent Beraten

### bei der Auswahl

Die Auswahl an Tragemöglichkeiten ist gross – und nicht jede passt zu jeder Familie. In dieser Weiterbildung bekommst du einen ersten Überblick über:

- verschiedene Trageprodukte: Tuch, Sling, Tragehilfen
- ihre Vor- und Nachteile in unterschiedlichen Situationen
- sicherheitsrelevante und ergonomische Aspekte
- sinnvolle Anpassungen

Nach dieser Weiterbildung kannst du im Rahmen der Wochenbettbegleitung sicher zum Thema Tragen beraten, die ersten Anwendungen korrekt anleiten und häufige Fehler souverän erkennen und korrigieren.

# Die Elternkompetenz

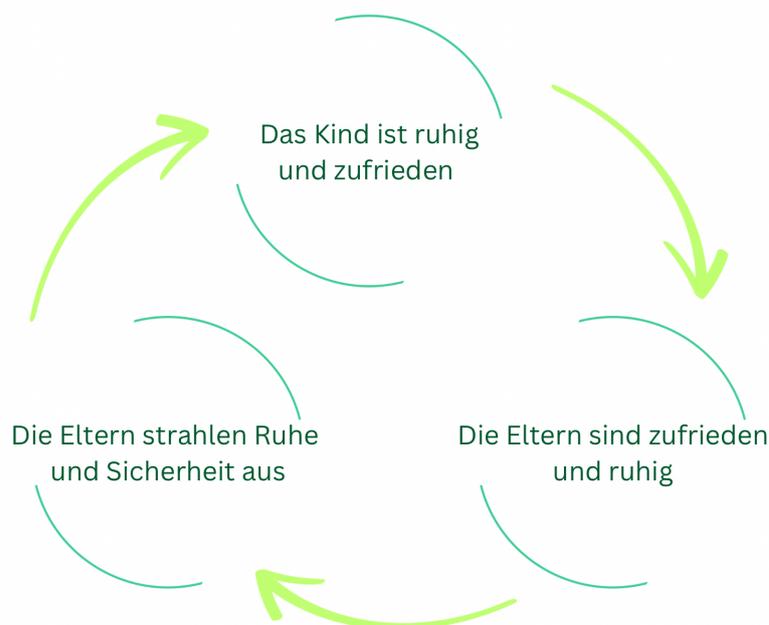
## stärken

Wenn du Eltern fundiert beim Tragen unterstützt, stärkst du weit mehr als nur eine praktische Fähigkeit. Du hilfst ihnen dabei:

- sich sicherer im Umgang mit ihrem Baby zu fühlen
- die kindlichen Signale besser zu verstehen
- ihre Feinfühligkeit zu entwickeln
- den Alltag mit mehr Nähe und weniger Stress zu gestalten

So wird das Tragen zu einem Schlüssel für mehr Selbstsicherheit und gegenseitiges Verständnis – du bist ein wichtiger Teil bei dieser Entwicklung.

## Der Engelskreis zur Elternkompetenz



## Förderung

### der primären Bindung

Tragen kann die primäre Bindung unterstützen, indem es intensive körperliche Nähe und sensorischen Austausch zwischen dem Kind und der Trageperson ermöglicht. Du lernst in der Weiterbildung wie und unter welchen Voraussetzungen Tragen die Bindung fördern kann und kannst dieses Wissen gezielt in Deine Beratung einfließen lassen:

Mit deinem Wissen stärkst Du die Beziehung zwischen Eltern und Kind von Anfang an – evidenzbasiert und einfühlsam.

# Informationen

## Modulablauf bis zum Diplom

- Präsenznachmittag: 13:00 – 17:00 Uhr
- Vorbereitung im Selbststudium: Du erhältst ausführliche Hybridmaterialien mit Videos, Texten und weiterem zur flexiblen Vorbereitung.
- Abschluss: Vorbereitung und Videoprüfung
- Zertifikat: 30 eLog Weiterbildungs-Punkte

Im Präsenzteil üben wir gemeinsam das Binden mit den verschiedenen Trageoptionen, die sich im frühen Wochenbett eignen. Der Fokus liegt darauf, dir die Handhabung und Anpassung der Tragehilfen und Trageweisen vertraut zu machen und dich darin zu stärken, die Eltern bestmöglich in der ersten gemeinsamen Zeit mit dem Baby zum Tragen zu begleiten.

Nutze den Nachmittag um Fragen zu klären, die gezeigten Tragetechniken zu üben und dich mit Kolleginnen auszutauschen. So baust du deine praktische Kompetenz aus und wirst zur sicheren Ansprechpartnerin für das Tragen im Wochenbett.

### Inhalte am Praxisnachmittag

- Binden mit dem elastischen Tragetuch

Wir üben das Binden mit elastischen Tragetüchern und optimieren vorhandene Bindeweisen.

- Anpassen unterschiedlicher Tragehilfen

Praxisbezug zu den HalfBuckle und MeiTais in deinem Sortiment. Anpassen, Einstellen und Anwenden gängiger Tragehilfen.

- Sicherheit und Anwendung

Überprüfung der sicheren Handhabung und Abschlussgriffe, um Fehlhaltungen zu erkennen und zu korrigieren.

- Demonstration und Anleitung

Gemeinsame Übungssequenzen bei denen du das beratende Binden, das Anleiten von Eltern übst und Beratungssituationen trainierst.

- Reflexion und Austausch

Kontinuierlicher Erfahrungsaustausch zu eigenen Anwendungssituationen, Besprechen von Schwierigkeiten und Lösungsstrategien.



## Vorbereitung im Selbststudium

mit Kursmappe zum Thema  
Tragen im Wochenbett

## Kurstag Inhalt:

Kangaroo Mother Care  
Frühes Rückentragen  
Elastisches Tuch/ Elastischer Sling  
Tragehilfe  
Einschlafbindeweise  
Kurztest an Ende des Tages

## Prüfungsphase

Videoprüfung

## Diplom

# Lernziele

## Tragen im Wochenbett

Du kannst die vorgezeigten Bindeweisen (elastisches Tuch und Ringsling) so binden, wie es von der Trageschule Schweiz gelehrt wird. Du entscheidest dich für eine eigene Formulierung, die prägnant ist und deiner eigenen Sprache entspricht. Der Ablauf der Bindeweisen ist sicher und verläuft ohne viel korrigieren und langes Nachdenken.
Zu jeder gelernten Bindeweise kannst du die Vor- und Nachteile, sowie einige Besonderheiten aufzählen und erläutern.
Du kennst gängige Tragehilfen die es auf dem Markt gibt und kannst diese einschätzen.
Du kannst einen MeiTai an ein Neugeborenes anpassen und weisst, wie du die Eltern bezüglich der Verwendung anweisen kannst.
Du kennst das frühe Rückentragen mit der Tragehilfe nach den Grundsätzen der Trageschule Schweiz und bist fähig darüber Auskunft zu geben.
Die anatomischen Zusammenhänge zum Tragen können in eigenen Worten erläutert werden.
Du kennst und erklärst den Begriff und die Anwendung der Kangaroo Mother Care.
Du kennst die Einschlafbindeweise, kannst sie anleiten und weisst, wofür sie entwickelt wurde.
Die fünf Grundsätze der Trageschule Schweiz kannst du benennen und in eigenen Worten erläutern.



## Weitere Leistungen

### Kursmaterial

Du brauchst keine Puppe, Tücher oder Tragehilfen mitzubringen, wir stellen ausreichend geeignetes Material zur Verfügung.

### Threema Gruppe

Wir führen eine Threema-Gruppe zu deiner Weiterbildungsgruppe. Wir fügen dich nach Angabe deiner Kontaktdaten mit dem Beginn der Weiterbildung der Gruppe hinzu. In der Gruppe garantieren wir einen wertschätzenden, respektvollen Umgang. Es dürfen alle Interessenthemen, Fragen zum Inhalt auch nach dem Präsenznachmittag und Übungsvideos eingebracht werden.

### Videoprüfung

Nach dem Modul werden zwei gelernte Bindeweisen im Selbststudium weiter geübt bis sie in Demonstrationsqualität vorgezeigt werden können. Zur Unterstützung werden interne Übungsvideos zur Verfügung gestellt. Die Prüfung ist eine reine Videoprüfung, bei der die gelernten Bindeweisen sicher vorgezeigt und die Theoriefragen beantwortet werden. Die Prüfungsmappe mit allen Informationen zur Prüfung, wird unmittelbar nach dem Modul zugestellt. Abgabetermin für die Prüfung ist regulär 1 Monat nach dem Kurswochenende.

### E-Log Punkte

Für das bestandene Modul bekommst du 30 E-Log Punkte.



# Trägerschaft

## Babycarrying Switzerland

Die Trageschule Schweiz wird getragen vom gemeinnützigen Verein Babycarrying Switzerland mit Vereinssitz in Winterthur.

## Kontakt

Fragen oder Unklarheiten? Bitte kontaktiere uns per Mail oder per Telefon.

[info@trageschule-schweiz.ch](mailto:info@trageschule-schweiz.ch) +41 76 321 29 83

Alles Liebe aus Winterthur und viel Spass bei deiner Weiterbildung!



Nora de Staël

Gründung und Leitung Trageschule Schweiz

