

## **Geburtsvorbereitung mamamundo**

### **Körperarbeit in Anlehnung an die «Methode Menne-Heller»**

**29./30. Mai 2026 in Bern**

Die Körperübungen in Anlehnung an die «Methode Menne-Heller» sind zentrale Bestandteile des mamamundo Kurskonzepts. Die beiden Weiterbildungstage richten sich an Hebammen der mamamundo Geburtsvorbereitungskursen für Migrantinnen, können jedoch auch für weitere Hebammen oder Gesundheitsfachpersonen von Interesse sein.

Ziel der Weiterbildung ist das Vermitteln von ganzkörperbezogenen Übungen zur Unterstützung eines geburtserleichternden Verhaltens. Das Wiederfinden natürlicher Verhaltensweisen für das Gebären wird dabei gefördert und stärkt bei der werdenden Mutter die Eigenverantwortung und Selbständigkeit. Im Kurs werden ihre spezifischen Bedürfnisse thematisiert.

#### **Unterrichtszeiten:**

- Freitag, 29. Mai 2026  
9 – 17 Uhr
  
- Samstag, 30. Mai 2026  
9 – 17.00 Uhr

**Ort:** Finkenhubelweg 11, Kursraum im 3. UG.

Am besten erreichst du den Kursraum, wenn du die **Stadtbachstrasse 64** aufsuchst und unter dem gedeckten Verbindungsgang ins hintere Gebäude gehst.

**Referentin:** Anja Hurni, Hebamme mit langjähriger Erfahrung in Geburtsvorbereitung nach der Methode Menne-Heller

**Mitbringen:** Bequeme Kleidung, Noppensocken, ein Kopfkissen circa 40x40cm, bei Bedarf ein Tuch für auf die Matte

#### **Kosten:**

- mamamundo Lizenznehmende: 250 Fr.
- Externe: 500 Fr.
- Kursleiterinnen mamamundo Bern, Biel und Thun: kostenlos

Die angemeldeten Personen erhalten eine Rechnung von mamamundo Bern.

#### **Lehrgangsbegleitende Literatur:**

A.Heller; „Geburtsvorbereitung Methode Menne-Heller“, Georg Thieme Verlag, 1998, ISBN3131109718

Anerkennung durch SHV/e-log. Es wird eine Kursbestätigung abgegeben