

## **Geburtsvorbereitung mamamundo**

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

**6./7. August 2024 in Bern Bümpliz**

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:**

- Dienstag, 6. August 2024  
9 – 17 Uhr
- Mittwoch, 7. August 2024  
9 – 17.00 Uhr

#### **Ort:**

Frankenstrasse 1, 3018 Bern  
Kursraum im 1. Stock des Familienzentrums

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

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

**Kosten:** (exkl. Verpflegung aber Möglichkeit zum gemeinsamen Essen auf Wunsch)

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

Bitte per E-Banking auf das Vereinskonto mamamundo, Frankenstrasse 1, 3018 Bern

**IBAN: CH78 0900 0000 6105 2877 0**

#### **Lehrgangsbegleitende Literatur:**

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

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