Zeitschrift: Schweizer Hebamme : offizielle Zeitschrift des Schweizerischen

Hebammenverbandes = Sage-femme suisse : journal officiel de

l'Association suisse des sages-femmes = Levatrice svizzera : giornale

ufficiale dell'Associazione svizzera delle levatrici

Herausgeber: Schweizerischer Hebammenverband

Band: 98 (2000)

Heft: 9

Rubrik: Mitteilungen = Communications

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 28.11.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Kommentar

Dr. med. Peter Dürig, Leitender Arzt, Schwangerschafts- und Geburtsmedizin, Universitäts-Frauenklinik Bern (Arbeitsgruppe zur Einführung des 1.-Trimester-Tests).

Das Risiko, ein Kind mit einer Trisomie 21 (Down-Syndrom), einer Trisomie 18 oder 13 zu gebären, kann heute mit dem so genannten 1.-Trimester-Test (1.-TT) in der 10. bis 14. SSW berechnet werden. Die Testparameter umfassen die Vorgeschichte, das Alter der Schwangeren, das Gestationsalter, die sonografisch gemessene Nackentransparenz des Fetus sowie zwei biochemische Marker im mütterlichen Plasma, das freie (HCG) und das PAPP A (Pregnancy Associated Plasma Protein A). Die Nackentransparenz stellt zudem das empfindlichste Hinweiszeichen auf n. Bessere Resultate liefert der so genannte AFP-plus-Test, bei dem das Altersrisiko mit der Bestimmung von biochemischen Parametern (AFP, freies Östriol und hCG) im mütterlichen Plasma kombiniert wird. Mit diesem Verfahren werden bis zu 75% der Trisomien entdeckt. Dabei muss nur bei 5% der Schwangeren ein invasiver, diagnostischer Test durchgeführt werden. Der grundsätzliche Nachteil dieses Vorgehens liegt in der späten Diagnosezeit (18. SSW und später). Ein allfälliger Schwangerschaftsabbruch muss dann durch eine Geburtseinleitung erfolgen, die im Vergleich zur Absaugmethode vor der 14. SSW für die Schwangere physisch und psychisch wesentlich belastender ist.

Der 1.-TT kann dagegen bereits ab der 10. SSW durchgeführt werden. Erachten die Eltern ihr individuelles Risiko für eine Trisomie als zu hoch, können sie eine Chorionbiopsie durchführen lassen, deren Resultat nach 8 bis 10 Tagen definitiv vorliegt. Dadurch kann im Falle einer Trisomie die Durchführung eines Schwangerschaftsabbruchs mittels Absaugen vor der 14. SSW erfolgen. Unter der Annahme,

dass wiederum bei 5% der Schwangeren eine Chorionbiopsie durchgeführt wird, können mit dem 1.-TT bis zu 90% der Trisomien entdeckt werden.

Beratung ist gesetzlich verankerte Pflicht

Die Abwägung des individuellen Risikos und der zu ergreifenden Massnahmen setzt eine ausführliche Information, Beratung und Begleitung der Eltern durch die anbietenden Medizinalpersonen voraus. Von zentraler Bedeutung ist dabei die freie Wahl der Eltern, einerseits eine Risikobeurteilung überhaupt vornehmen zu lassen und anderseits die entsprechenden Konsequenzen daraus zu ziehen (informed choice). Die Beratung vor Ultraschalluntersuchungen und genetischen Tests ist entgegen der Meinung von Frau Joss heute eine gesetzlich verankerte Pflicht.

Die Anwendung des 1.-TT steht oder fällt nach unserer Meinung mit der Information der Öffentlichkeit, der Information und Weiterbildung der Anbieter sowie der wissenschaftlichen Begleitung und Evaluation der Methode. Neben der Broschüre für Eltern, die auf Deutsch, Französisch und Italienisch vorliegt, kann die Information auch über Internet abgerufen werden. Weiter sind zum Beispiel von der Universitäts-Frauenklinik Bern Informationen in der Presse, Vorträge und die Einrichtung einer Hotline vorgesehen. Die Information und Weiterbildung der Anbieter erfolgt in schriftlicher Form (Broschüre und Hilfsmittel der Arbeitsgruppe, Artikel in Fachzeitschriften), über Internet und in Kursen. Die wissenschaftliche Evaluation der Methode soll möglichst flächendeckend in der ganzen Schweiz erfolgen. Zurzeit werden die finanziellen und logistischen Mittel zum Beispiel für eine zentrale, anonyme Speicherung und Auswertung der Daten bereitgestellt.

zent aller Föten mit Trisomie natürlicherweise schon früh in der Schwangerschaft ab. Der 1.-Trimester-Test wird deshalb viele Föten entdecken, die gar nicht überlebensfähig sind. In diesen Fällen müssen sich Eltern unnötigerweise dem schwierigen Entscheid für oder gegen eine Abtreibung stellen.

Beratung unverzichtbar

Eine umfassende Beratung vor der Durchführung des neuen Tests scheint angesichts dieser Tatsachen unverzichtbar. Diese existiert aber erst in Ansätzen. Die schweizerische Ärztegruppe hat zum Thema eine mehrsprachige Informationsbroschüre für werdende Eltern ausgearbeitet, und die Frauenklinik Bern plant eine Hotline zum Thema sowie eine öffentliche In-

formationsveranstaltung «je nach Bedürfnis». Ein detailliertes Beratungskonzept liegt nicht vor. Privatärztinnen und -ärzte sollen über die medizinischen Labors erreicht werden. Dort können sie Informationsmaterial für Eltern beziehen. Gesetzliche Auflagen gibt es aber keine. Alle Ärztinnen und Ärzte, die einen Test anbieten wollen, können dies ohne spezielle Ausbildung tun und werden von den Krankenkassen vergütet. Eine wissenschaftliche Qualitätskontrolle ist geplant. Das scheint auch dringend notwendig. Nur so können die zurzeit noch strittigen Fragen zur Effizienz und zu den Auswirkungen des Tests beantwortet werden.

Studie aus China

► BEL: Moxibustion bringts!

Erinnern Sie sich an den Fokus-Beitrag in SH 5/2000 zu Moxibustion bei BEL? Eine in der renommierten amerikanischen Ärztezeitschrift JAMA publizierte Studie aus China untermauert, was Hebammen auch hierzulande wissen und praktizieren. 260 Primigravidae mit Beckenendlage in der 32. SSW wurden in einer randomisierten Studie entweder der Moxibustion-Gruppe zugeteilt oder erhielten keine Behandlung. Die Moxibustion-Gruppe wurde während zwei Wochen entweder einmal oder zweimal täglich 15 Minuten lang mit Moxibustion am Akupunkturpunkt BL 67 behandelt. 72,4 Prozent der Schwangeren aus der Gruppe mit einer täglichen Behandlung und 81,4 Prozent der Frauen aus der Gruppe mit zwei Behandlungen pro Tag, jedoch nur 47,7 Prozent der Frauen aus der Kontrollgruppe gebaren Babys mit Kopflage.

JAMA Nov. 11, 1998; aus: Midwifery Today E-news, 14. Juni 2000.

Gesundheitsförderung

Neukonzept «focus»

Die Schweiz. Stiftung für Gesundheitsförderung – Stiftung 19 hat ihr Periodikum «focus» neu konzipiert. «focus» versteht sich als nationale Plattform für professionelle AkteurInnen der Gesundheitsförderung und Prävention. Vermittelt werden Wissen, Anregungen und praktische Hilfen für eine wirksame Umsetzung von Projekten und Zielen der Gesundheitsförderung. Ausserdem möchte die Zeitschrift eine Brücke zwischen Theorie und Praxis schlagen und die Arbeit der Stiftung einem breiten Publikum bekannt machen.

«focus» erscheint 4-mal jährlich auf Deutsch und Französisch, ab Mitte Jahr auf dem Internet abrufbar. Abonnemente sind im ersten Jahr gratis. Zu bestellen bei:

Schweiz. Stiftung für Gesundheitsförderung, Av. de la Gare 52, 1001 Lausanne, Tel. 021 345 15 15, E-Mail: office@healthprom.ch

Quelle: Schweiz. Ärztezeitung, 2000; 81: Nr. 11.

Förderung des Stillens

Schweizerische Stiftung gegründet



In Anwesenheit von viel Prominenz aus Politik und Verbänden wurde am 10. Juli in Bern die Schweizerische Stiftung zur Förderung des Stillens aus der Taufe gehoben. Der Schutz und die Förderung des Stillens in der Schweiz sollen damit in na-

tionale Strukturen eingebettet werden. Die Stiftung trägt die seit 1992 von der UNICEF-Arbeitsgruppe zur Förderung des Stillens geleisteten vielfachen Bemühungen weiter und baut sie interdisziplinärer Zusammenarbeit aus. Die vom Bundesamt für Gesundheit unterstützte Stiftung wird von 16 Organisationen getragen, darunter der Schweiz. Hebammenverband. die Verbände der Ärzteschaft und der Stillberaterinnen, die La Leche Liga, UNICEF Schweiz und drei grosse Krankenkassen. Präsidentin des Stiftungsrates ist die Freiburger Gesundheitsdirektorin Dr. Ruth Lüthi. Arbeitsschwerpunkte neu gegründeten Stiftung sind in erster Linie Information und Dialog, breite Wissensvermittlung über die Vorteile des Stillens, Förderung von stillfreundlichen Strukturen im öffentlichen Raum und Unterstützung der Arbeit des Codex-Panels.

Schweiz. Stiftung zur Förderung des Stillens, c/o Schweiz. Komitee für Unicef, Baumackerstr. 24, 8050 Zürich, Tel. 01 317 22 66, E-Mail: unicef@unicef-suisse.

Beratung Pränataldiagnostik

Hebammen in Ausbildung erarbeiten 10-Schritte-Modell

Im Rahmen ihrer Projektarbeit an der Hebammenschule Zürich haben die beiden Hebammen in Ausbildung Brigitte Tolmann und Caroline Fritz ein Dossier zum Thema «Die Hebamme, unabhängige Beraterin für Pränataldiagnostik» zusammengestellt. Ausgehend von der Stellungnahme des SHV zur Pränataldiagnostik entwickelten die beiden Diplomandinnen ein 10-Schritte-Modell, wie Hebammen wertfreie und professionelle

Unterstützung bei der Beratung von schwangeren Frauen anbieten können. Das Modell wird auf einem Faltblatt vorgestellt, begleitet von einer Definition der Beratungstätigkeit durch Hebammen und nützlichen Literaturangaben und weiteren Adressen.

Das Faltblatt kann zu Fr. 2.- (bitte Betrag in Briefmarken beilegen, begleitet von einem adressierten und frankierten Umschlag), die Projektarbeit zu Fr. 25.- bezogen werden bei: Caroline Fritz, Alte Blindenhofstr. 5, 8616 Riedikon-Uster,

Internet

Websites für Hebammen

Homepage für Betroffene von Fehl- und Totgeburten www.engelskinder.ch

Forschung zu Behinderung und Int. Klassifikation von Behinderung

www.disability-research.ch

Messe Zürich

IFAS 2000

26. Fachmesse für Arzt- und Spitalbedarf

24.-27. Oktober Messe Zürich

www.ifas2000.ch e-mail: info@ifas2000.ch

Geburten- und Bevölkerungsentwicklung

► BABY-INDEX 2000

Wie steht es mit der langfristigen Geburtenentwicklung? Welche Kantone haben die höchste Geburtenrate? Wie steht es mit den Hausgeburten? Wie häufig sind Zwillings- und Drillingsgeburten? Auf solche Fragen gibt der neue BABY-Index Antwort.

Dieses handliche Nachschlagewerk im Taschenformat bietet auf 36 Seiten Information über die Geburten- und Bevölkerungsentwicklung mit

zahlreichen, sonst

schwer zugänglichen Detailangaben und übersichtlichen Tabellen. Dazu kommen zusätzliche Kennzahlen aus den Bereichen Spitäler, Ärzte usw. Enthalten sind auch die neusten Spezialdaten wie Säuglingssterblichkeit, benserwartung, Zeitabstand zwischen den Geburten u.a. Broschüre ist schliesslich für medizinisches Fachpersonal bestimmt.

Gratis bei Present-Service solange Vorrat. Tel. 041 740 01 40 oder E-Mail info@present-service.ch

Sonderausstellung in Basel

«Das Wunder des Lebens»

Eine Sonderausstellung im Anatomischen Museum in Basel gibt einen Einblick in die Entwicklung des Menschen von der Befruchtung bis zur Geburt. Sie wendet sich an ein breites Publikum. bietet aber auch den an medizinischen Fragen besonders Interessierten weiterführende Informationen. Die Ausstellung dokumentiert in verständlicher Form Wissenswertes über die vorgeburtliche Entwicklung des Menschen. Aus den Beständen des Anatomischen Museums werden eine Vielzahl menschlicher Embryonen verschiedener Entwicklungsstufen gezeigt. Beispiele für

bekannte Fehlbildungen in der menschlichen Entwicklung, Modelle, Fotos, Röntgenaufnahmen und spezielle Darstellungsmethoden aus der Klinik ergänzen die Exponate.

Vom 25. Mai bis 13. Mai 2001. Anatomisches Museum Basel, Pestalozzistr. 20, 4056 Basel, Tel. 061 267 39 53, www.unibas.ch/anatomie/museum. Öffnungszeiten: Sonntag, 10.00-14.00, Donnerstag, 14.00-19.00



Schweizer Hebamme 11 Sage-femme suisse 9/2000

Beate Jorda, Ilona Schwägerl

Geburt in Geborgenheit und Würde

Aus dem Erfahrungsschatz einer Hebamme

1999. Fr. 34.80 Irisiana, Heinrich Hugendubel Verlag München

Um es vorweg zu nehmen: das Buch gibt mir ein seltsames Gefühl von: «Sind wir noch so weit zurück/sollen wir wieder so weit zurück gehen?» und «Was kann das Buch einer schwangeren Frau geben?». Die Ansätze sind alle gut, doch irgendwie sind sie mir nicht genügend ausgearbeitet oder sie werden einseitig demagogisch vorgebracht.

Die Lehrerin Beate Jorda hat ihre drei Kinder mit Hilfe ihrer Hebamme Ilona Schwägerl geboren. Um allen Frauen einen bewussten Umgang mit ihrer Schwangerschaft und Geburt zu ermöglichen, ja um sie darauf hinzuweisen, dass sie mitdenken und mitreden müssen, hat sie schliesslich dieses Buch verfasst. Es soll den Frauen wieder Vertrauen in ihren Körper und ihre Kraft geben.

Schwägerl wuchs mit einem dörflichen Hebammenbild auf

– sie kannte jede Frau und beriet viele auch ausserhalb der Schwangerschaft oder Geburt bei verschiedenen Problemen. Sie hat selber zwei Kinder geboren und ist eine überzeugte Verfechterin der natürlichen Geburt.

In kurzen Kapiteln werden diverse Themen zum Schwanger-Werden, Schwanger-Sein, zum Gebären und der Zeit danach behandelt. Allgemeine Ratschläge über Lebensführung, Ernährung, Beschäftigung mit sich selber und Bereitschaft zur Selbstverantwortung werden betont. Ebenso wird die Rolle des Kindes als aktiver Partner hervorgehoben, mit dem eine harmonische Beziehung aufgebaut werden soll.

Die Autorin schreibt aus der Sicht der betroffenen Frau und flicht Erkenntnisse und Aussagen der Geburtshelferin ein. Jordas grosse Dankbarkeit und Ehrfurcht vor der Persönlichkeit ihrer Hebamme sind dauernd spürbar. Gleichzeitig scheint die Konkurrenz zwischen Geburtshelfern (Schulmedizin) und freischaffenden Hebammen noch im Anfangsstadium zu sein: viele Aussagen Schwägerls über Geburten im Spital erinnern mich an den Beginn der Neunzigerjahre bei uns. Ihre Ausführungen zu den Vorgängen rund um die Geburt stellen in ihrer Ausführlichkeit fast einen Geburtsvorbereitungskurs Sie rät dazu, immer die natürlichere Variante zu wählen, selber zu bestimmen, womit man sich einverstanden erklärt und sich nicht einfach von Ärzten fremdbestimmen zu lassen. Zum Schluss werden einige alternative Heilmethoden (Akupunktur, craniosacrale Osteopathie, Homöopathie, Bach-Blüten) kurz vorgestellt und einige Aroma-Therapie-Rezepturen von Ilona Schwägerl beschrieben.

Trotz meinem guten Gefühl, dass das Buch den Frauen bei der Bewältigung vieler Probleme rund um die Geburt helfen will und sich für eine bewusste Auseinandersetzung mit der Schwangerschaft einsetzt, haben mich einige Angaben sehr befremdet. Viele Ratschläge dürfen nicht «einfach so» übernommen werden. Ihr



grosses Plädoyer für den «Einlauf in allen Lebenslagen» (inkl. Rezepte) kann ich nicht verstehen: Beispielsweise der Vorschlag, Kleinkindern mit Durchfällen Einläufe zu geben - ohne gleichzeitig Flüssigkeitsersatz zu empfehlen -, erscheint mir doch gefährlich. Zusammenfassend möchte ich feststellen, dass dieses Buch Frauen, die eher unsicher sind, wohl noch mehr verunsichert - hingegen Frauen, die wissen, was sie wollen und ihren Körper gut kennen, eher ermutigt.

Margrit Heller, Hebamme

Dirk Albrodt, Brigitte Glowsky

Blütenessenzen in der Schwangerschaft

Wohltuende Wirkung für mich und mein Baby

1998. 166 Seiten, Fotos, Abbildungen, Fr. 28.50 Kösel Verlag München

Ein Heilpraktiker und Leiter einer Studie zum Thema Blütenessenzen und eine Sozialarbeiterin, Geburtsvorbereiterin und Blütenberaterin haben diese Buch gemeinsam geschrieben. Das Buch beginnt mit der Herstellung, Aufbewahrung, Einnahme und Auswahl der passenden Blüte. Es werden zwanzig verschiedene Blütenessenzen (d. h. eine Essenz ist eine Notfallmischung aus verschiedenen Blüten) wie folgt vorgestellt:

 Porträt der Pflanze, wie sie aussieht, wo sie wächst usw. Porträt der Essenz, was ist allgemein das Thema dieser Pflanze, bei welchen Beschwerden kann sie eingesetzt werden, für welche persönlichen Empfindungen



passend und in Bezug zu Schwangerschaft und Geburt ist sie anwendbar.

Anschliessend werden praktische Hinweise für die äussere Anwendung der Essenzen wie Massage und Bäder gegeben. Sehr hilfreich ist das Verzeichnis der Symptome, hier der besonderen Stimmungen und möglichen emotionalen Störungen während Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett, die sich durch Blütenessenzen beeinflussen lassen. Die Wirkung von Blütenessenzen ist immer subjektiv. Grundsätzlich lässt sich sagen, dass Essenzen das in uns vorhandene Potenzial anregen, gleichzeitig zeigt dies auch die Grenzen ihrer Wirksamkeit auf. Diese sanften «Schwingungsheilmittel» sind frei von Nebenwirkungen, so dass im schlechtesten Falle eine falsch gewählte Essenz keine Wirkung haben wird.

Kommentar:

Ein wohltuendes Buch für Hebammen und werdende Mütter, die psychische und physische Beschwerden rund um Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett gerne auf natürliche Weise lindern, das Wohlbefinden steigern und die Selbstheilungskräfte fördern möchten. Sehr interessant sind für mich auch Hinweise, wie emotionale, psychische Störungen sich auf der körperlichen Ebene manifestieren können.

Verena Schwander, Hebamme

Lulla fait un baby

www.gondoletta.ch



Q-Things GmbH, Hessstrasse 27d, 3097 Bern-Liebefeld, **Tel. 031 312 63 12**, Fax 031 312 63 24

Balma-Kleie Das milde Baby-Pflegebad



- enthält pflegende Naturstoffe
- schützt und pflegt die zarte Babyhaut
- macht das Wasser milchig weich
- Kleiesäcklein dient als Waschlappen
- seit 70 Jahren bestbewährt

Bei weiteren Fragen wenden Sie sich bitte an: Trybol AG kosm. Produkte, 8212 Neuhausen, Tel. 052/672 23 21





Von Anfang an Schutz und Geborgenheit für Ihr Baby mit konsequent natürlicher Bekleidung von Hess Natur Fordern Sie unseren aktuellen Katalog an.

Hess Natur - Textilien AG Bützbergstraße 2 CH-4912 Aarwangen Telefon o 62/9 16 20 20





Gottlob Kurz GmbH Qualität seit 1893

D-65207 Wiesbaden Hinterbergstraße 14

Telefon: 0049-611-1899019 Fax: 0049-611-9505980

- Hebammen-Ausrüstungen
- Hebammentaschen
- Säuglingswaagen
- Geburtshilfliche Instrumente
- Beatmungsgeräte für Neugeborene
- Fetale Ultraschallgeräte Sonicaid 121
- Einmalartikel

Baby zuliebe... Ihrem



- keine Hautprobleme (100% Baumwolle)
- einfach anzuwenden
- preisgünstig
- kochecht
- · wird mit dem Baby grösser
- kein Abfallberg

Erhältlich im Babyfachhandel, Drogerien, Apotheken und Ökoläden.



wachsende Windel!

Sie brauchen nur eine Grösse für die ganze Wickelperiode. Nach der viereckigen Stoffwindel ist es die preiswerteste Die Höschenwindel Baby Life Wickelmethode. eignet sich auch zum Breit-

Sie ist so einfach anzuwenwickeln. den wie die Wegwerfwindel.

Infos: Lifetex AG Muttenzerstrasse 1 4127 Birsfelden Tel. 061/373 87 30 Fax 061 373 87 31

Zentralpräsidentin/ Présidente centrale

Clara Bucher, Flurstrasse 26 3000 Bern 22

Zentralsekretariat/ Secrétariat central

Telefon 031 332 63 40 Telefax 031 332 76 19 e-mail: info@hebamme.ch

Öffnungszeiten:

Mo-Do 9-11 und 14-16 Uhr, Fr 9-11 Uhr

Heures d'ouverture:

lu-je 9 h-11 h et 14 h-16 h, ve 9 h-11 h

Sektionen/Sections

Aargau-Solothurn:

Hannah Küffer Ackermann, Hofstatt 4616 Kappel, Tel. 062 216 52 68

Bas-Valais:

Isabelle Exquis-Müller Les Vergers, 1981 Vex Tél. et fax 027 207 35 46

Beide Basel (BL/BS):

Franziska Suter, Kirschblütenweg 2 4059 Basel, Tel. 061 361 85 57

Bern:

Kathrin Tritten Zur Station 5, 3145 Niederscherli Tel. 031 849 10 31 Yvonne Kühni Dorfstrasse 16, 3308 Grafenried Tel. 031 767 97 00

Fribourg:

Rosaria Vorlet-Crisci Au Village 35, 1802 Corseaux Tél. 021 921 38 26 Anne-Marie Mettraux-Berthelin Pisciculture 11, 1700 Fribourg Tél. et fax 026 424 95 39

Genève:

Sophie Demaurex 18, ch. Nicolas-Bogueret, 1219 Aïre Tél. 022 797 28 09

Oberwallis:

Gaby Klingele, Schulhausstrasse 15 3900 Brig, Tel. 027 923 80 79

Ostschweiz (SG/TG/AR/AI/GR):

Agnes Gartner-Imfeld, Aeulistrasse 11 7310 Bad Ragaz, Tel. 081 302 37 73 Katrin Wüthrich-Hasenböhler, Würzengässli 15 8735 St.Gallenkappel, Tel. 055 284 23 84

Schwyz:

Susanne Bovard, Hinterfeld 5b 8852 Altendorf, Tel. 055 442 37 83

Ticino:

Cinzia Biella-Zaninelli, Massarescio 6516 Cugnasco, Tel. 091 840 91 15

Vaud-Neuchâtel (VD/NE):

Anne Lagger, Grand-Rue 1442 Montagny-près-Yverdon Tél. 024 445 58 20 Corinne Meyer, Bressonnaz-Dessus 1085 Vulliens Tél. 021 905 35 33 Fax 021 905 35 39

Zentralschweiz

(LU/NW/OW/UR/ZG): Doris Lüthi Neuweg 11, 6370 Stans Tel. 041 610 55 08

Zürich und Umgebung (ZH/GL/SH):

Béatrice Bürge-Lütscher Breitengasse 10, 8636 Wald Tel. 055 246 29 52 Ruth Riggenbach Steiner Sonnenberg 33, 8636 Wald Tel. 055 246 60 80 Sektionsnachrichten/Communications des sections

AARGAU-SOLOTHURN

062 216 52 68

Weiterbildung

Freitag, 3. November, 10.00 – ca. 16.30 Uhr Kantonsspital Aarau

Schwangerschaftskontrollen durch die Hebamme

- Aufbau und Betrieb einer Hebammensprechstunde, mit Hebammen der Uni-Frauenklinik Bern
- Nötige Hämatologie und Immunhämatologie in der Schwangerschaft, mit OA KSA Dr. Honegger, Gynäkologe

Mittagspause (Verpflegungsmöglichkeit im Personalrestaurant)

- Infektserologie, mit Chefarzt Serologie Dr. Hengler
- Betreuung der Schwangeren in der Hebammenpraxis, mit Blanca Landheer, Hebamme

Infos und Anmeldung: Hannah Küffer Ackermann, Hofstatt, 4616 Kappel, 062 216 52 68, kuefack@bluewin

Hannah Küffer Ackermann

BEIDE BASEL (BL/BS)

061 361 85 57

Neumitglied:

Rhinisperger-Rieder Claudia, Basel, 2000, Zürich.

Kongress 2002

Die nächste OK-Sitzung findet am 12. September statt.

Weiterbildung

28. November
Frauenklinik Basel, Unterer
Hörsaal
9.00 – 12.00 Uhr:
Jeannette Höfliger: «Qualitätssicherung – wir zeigen, was wir können.»

14.00 - 16.30 Uhr:

Ans Luyben: «Hebammen-Sein: Forschung und Praxis»

Nächste GV

5. April 2001 Nonnenweg 21, Basel 18.00 Uhr: Beginn mit einem Apéro.

Franziska Suter

BERN

031 849 10 31 031 767 97 00

Neumitglieder:

Brunner Franziska, Laupen, 1999, Luzern. Ganion Anne, Bienne, 1989, Strasbourg F. Scala Jennifer, Schüpfen, 2000,

Fortbildung Frauenklinik

14. September, 16.00 – 18.00 Uhr Chirurgische Erkrankungen in der Schwangerschaft. Fallvorstellungen und Diskussion.

Hörsaal Frauenklinik, Schanzeneggstr. 1, Bern. *Infos:* www.sggg.ch

Voranzeige/Pro memoria

Berner Hebammenfortbildung 2000

Dienstag, 7. November Hörsaal Kinderklinik Insel (Einladungen folgen später)

> Marianne Haueter Arbeitsgruppe Berner Hebammenfortbildung

OBERWALLIS

027 923 80 79

Neumitglied:

Schmidhalter Lilian, Brig, Hebamme in Ausbildung an der Hebammenschule Zürich.

OSTSCHWEIZ

081 302 37 73 055 284 23 84

Neues Vorstandsmitglied

Für das vakante Ressort Weiterbildungen hat sich im Mai eine Hebamme zur Verfügung gestellt: *Daniela Thöni* wird unseren Vorstand ergänzen und bereichern. Herzlich willkommen!

Katrin Wüthrich

TICINO

091 866 11 71

Informazioni

All'ultima riunione del nuovo comitato tenutosi il 15 giugno a Giubiasco, sono stati definiti i seguenti incarichi:

Delegata al comitato centrale: Pamela Canepa

 $Responsabili\ delle\ levatrici\\indipendenti:$

Iris D'Angiolillo e Barbara Banfi Per le statistiche: Hélène Kremmel-Blok

Responsabile della formazione: Cinzia Biella e Barbara Banfi

Cassiera: Margherita Lüthi

Responsabile delle levatrici salariate: Margherita Lüthi e Giulia Barizzi-Martinelli

Responsabile della bibliotheca: Barbara Banfi

Responsabile delle manifestazioni: Pamela Canepa

Segretaria: Hélène Kremmel-Blok

Verbandsnachrichten/Nouvelles de la fédération



Zentralpräsidentin/ Présidente centrale

Clara Bucher, 1955 Gallusstrasse 12 8006 Zürich

Telefon P: 01 362 45 73 01 362 46 01 Fax: Telefon G: 01 255 52 26 clara.bucher@attglobal.net Diplom/diplôme 1987 Oberhebamme (kollektiv) Universitätsspital Zürich Sage-femme responsable (collectif) à l'hôpital universitaire de Zurich

Ressort PR/Information Ressort PR/Information



Sektion Zentralschweiz Vizepräsidentin

Patricia Blöchlinger, 1962 Schwerzelweg 14 6315 Oberägeri Telefon P: 041 750 49 94 Fax P:

041 750 49 23

Diplom/diplôme 1989 Freipraktizierende Hebamme Sage-femme indépendante

Ressort Freipraktizierende Hebammen/ Qualität Ressort sages-femmes indépendantes/ qualité



Section Vaud-Neuchâtel Vice-présidente

Andrea Ruffieux-Augsburg, 1968 Ch. Champ Pallet 4

1801 Le Mont-Pèlerin Téléphone P: 021 923 72 46

021 923 72 66 Téléphone G: 021 977 58 64 a.pa.ruffieux@bluewin.ch

Diplom/diplôme 1994 Hebamme im Spital La Providence in Vevey Sage-femme à l'hôpital de La Providence,

Ressort Angestellte Hebammen Ressort sages-femmes salariées



Sektion Aargau-Solothurn

Monika Kohler, 1953 Dammstrasse 36 5210 Windisch

Telefon P: 056 441 67 10

Diplom/diplôme 1977 Hebamme im Kantonsspital Baden Sage-femme à l'hôpital cantonal de Baden

Ressort Finanzen Ressort finances



Section Bas-Valais

Ines Lehner-Henzen, 1954

Kirchstrasse

Postfach 162, 3940 Steg

Téléphone P: 027 932 26 37 (+Fax)

Natel:

079 449 50 87

Ines.Lehner@gmx.de

Diplom/diplôme 1976 Freipraktizierende Hebamme Sage-femme indépendante

Ressort Freipraktizierende Hebammen Ressort sages-femmes indépendantes



Section Fribourg

Marie-Claude Monney Hunkeler, 1953 Sage-femme indépendante/Consultante

16, route des Allys

1740 Neyruz

Téléphone P: 026 477 25 22 (+Fax)

Natel: 079 425 83 86 mcl.conseil@bluewin.ch

Diplom/diplôme 1977

Freischaffende Hebamme/Beraterin m Gesundheitswesen

en santé publique

Ressort Qualität Ressort qualité

Verbandsnachrichten/Nouvelles de la fédération



Sektion Beide Basel

Penelope V. Held-Jones, 1946 Brunnrainstrasse 30 4411 Seltisberg Telefon P: 061 911 93 62 Fax P: 061 911 93 61

hrpheld@swissonline.ch

Diplom/diplôme 1973 Hebamme im Bethesda Spital Basel Sage-femme à la clinique Bethesda, Bâle

Ressort Internationale Kontakte/Kongresse und Anlässe

Ressort contacts internationaux/congrès et manifestations



Sektion Bern

Annette Sahl, 1964 Staufferstrasse 20 3006 Bern Telefon P: 031 352 70 41 Diplom/diplôme 1996 Diplomierte Hebamme Sage-femme diplômée

Ressort Gesundheits- und Sozialpolitik Ressort politique sociale et santé



Section Genève

Susanna El Alama Stucki, 1952 67 B, route de Drize 1234 Vessy Téléphone P: 022 343 40 24 | Diplom/diplôme 1973 | Hebamme im Universitätsspital Genf | Sage-femme à la Maternité HUG Genève

Ressort Kongresse/Anlässe Ressort congrès et manifestations



Sektion Ostschweiz

Heidi Zimmermann, 1951 Freiheitsgasse 12 9320 Arbon Telefon P: 071 446 01 95 Diplom/diplôme 1991 Freipraktizierende Hebamme im Geburtshaus Artemis, Steinach SG Sage-femme indépendante à la maison de naissance Artemis, Steinach SG

Ressort Nationale Kontakte Ressort contacts nationaux



Sezione Ticino

Pamela Canepa, 1977 6718 Olivone Telefono P: 091 872 26 15 Diplom/diplôme 1999 Hebamme im Spital La Carità, Locarno Sage-femme à l'hôpital La Carità, Locarno

Ressort Aus-, Fort- und Weiterbildung Ressort formation de base, continue et permanente/recherche



Sektion Zürich und Umgebung

Regula Hauser, 1962 Wiesendangerstrasse 12 8003 Zürich Telefon P: 01 463 99 58 Telefon G: 01 255 32 99

regula.hauser@sch.usz.ch

Diplom/diplôme 1989 Ausbildnerin an der Hebammenschule Zürich Enseignante à l'école de Zurich

Ressort Aus-, Fort- und Weiterbildung/ Forschung Ressort formation de base, continue et permanente/recherche

Jahres-Nachdiplomkurs für Hebammen in Geburtsvorbereitung

Folgende Teilnehmerinnen haben den Kurs erfolgreich abgeschlossen und das Zertifikat erlangt: Gülsolmaz Acar, Basel; Edna Back, Zürich; Danielle Barth, F-Kembs; Béatrice Beer, Luzern; Cynthia Bollag, Zürich; Bettina Benech-Brunner, Egg b. Zürich; Eveline Flückiger-Steck, Bern; Monika Häfeli-Birchmeier, Klingnau; Claudia Jeuch-Bidermann, Zollikon; Manuela Kimmig, Luzern; Gaby Klingele, Brig; Christine Kummer-Marzolf, Biel; Lilian Mohler, Oberglatt; Susanne Schreiber, Buchs; Ursula Schüpbach, Biel; Karin Stalder, Escholzmatt.

Der SHV gratuliert ganz herzlich!

Sektionsnachrichten/Communications des sections

Vicepresidente: Hélène Kremmel-Blok

Presidente: Cinzia Biella

Altri compiti

Responsabile del settore qualità: Cinzia Biella

Delegata alla commissione cantonale delle questioni femminili: Barbara Banfi

Revisori dei conti per la sezione:

Agnese Lazzarotto e Claudia Berta

Levatrici della sezione impegnate a livello nazionale

Gruppo statistico a livello svizzero:

Hélène Kremmel-Blok

Gruppo levatrici indipendenti a livello svizzero: Francesca Coppa Dotti

Gruppo ricerca: Monique Prêtre

Revisore dei conti della cassa centrale: Erna Bordoli

Hélène Kremmel-Blok

Formazione/Fortbildung

9/10 novembre/November «Danza del ventre durante gravidanza, parto e dopo-«Bauchtanz für Schwangerschaft, Geburt und Wochencon/mit Sybilla Spiess Luogo/Ort: Locarnese Informazioni/Auskunft: Cinzia Biella-Zaninelli,

Karin Tamò

VAUD-NEUCHÂTEL

024 445 58 20 021 905 35 33

Nouveau membre:

Berney Pascale, Echandens, 2000, Lausanne.

ZENTRALSCHWEIZ

041 660 87 42

Fachgruppe freischaffende Hebammen

Sitzung: 28. September.

Esther Fischer-Brun

ZÜRICH UND **UMGEBUNG**

056 664 35 89 01 281 29 60

Neumitglieder:

Arndt Véronique, Weesen, 1998, Freiburg D. Mühlefluh Beatrice, Gontenschwil, Hebamme in Ausbildung an der Hebammenschule Zürich.

Spörri Ursula, Ober-Ottikon, 1991, St. Gallen.

Voranzeige Hebammenweiterbildung

Freitag, 15. Dezember, 9.30 - 16.00 Uhr «Häufige und seltene Erkrankungen des Neugeborenen in den ersten Lebenstagen.» Schulungszentrum Universitätsspital Zürich, Gloriastr. 19. Anmeldungsformulare werden zu einem späteren Zeitpunkt verschickt.

Silvia Thomas

Fachgruppe Spitalhebammen

Sitzung: Do, 28. September, 19.45 Uhr Klinik Maternité

Monika Jung

Dondolo-Baby-Hängematte mit Stahlfeder

Schaukeln und wiegen entspricht einem Grundbedürfnis jedes Babys und fördert dessen Entwicklung. Wohlig geborgen und geschützt wie im Mutterleib fühlt es sich in der Dondolo-Baby-Hängematte aus Baumwolle. Selbst Babys, die sich schwer beruhigen können und Mühe mit Einschlafen haben, sind schnell zufrieden und schweben sanft in den Schlaf. Sogar Blähungen und Koliken können gelindert werden. Schaukeln bereitet auch grösseren Kindern spezielles Vergnügen.

Die Matratze ist mit weicher Schafswolle gefüllt; die Stahlfeder eignet sich für Neu-geborene bis zu Kindern mit 20 kg Gewicht. Sehr einfach und sicher ist die Montage mit der mitgelieferten Aufhängevorrichtung.

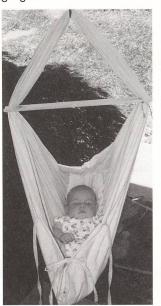
100% Swiss made.

Empfehlen Sie die Dondolo-Baby-Hängematte! Fordern Sie Prospekte an!

Wir überlassen den Eltern das Dondolo 10 Tage gratis zum Testen. Preis: Fr. 178.-

ERISANA 🙈

Edith Steinegger Kappelermatte 8, 8926 Kappel a.A. Tel. 01 764 38 41, Fax 01 764 38 42



OXYPLASTIN®

Schützt die	
zarte Babyhaut	
vor der Nässe	
der Windeln	
und verhindert	
damit // /	
Rötungen,	
die zum	
Wundsein Wundsein	
führen.	

1 g Salbe enthält: Zinkoxyd 460 mg,
weisses Wachs 1 mg, Geraniumöl 1,2 mg,
Thymianöl 1,2 mg, Verbenenöl 1,2 mg,
Wollfett, Rizinusöl, Wasser.

PI 7/Ort

es Wachs 1 mg, Geraniumöl 1,2 mg, iianöl 1,2 mg, Verbenenöl 1,2 mg, rett, Rizinusöl, Wasser.	OXYPLASTINE Plate Catariante Plate CoxYPLASTIN	
Gratis OXYPLASTIN®-Muster	Wasdastu 2007 - Wasdasta Santa Santa 2007 - Wasdasta Santa	

	für die Mütterberatungsstellen Bitte einsenden an: Dr. Wild & Co.		
	Name:	Vorname:	
	Beruf:		
)	Mütterberatungsstelle:		
0	6.		

091 840 91 15

FACHSCHULE FRAU UND GESUNDHEIT

FFG

Fachausbildung Kursleitung mit integrierter Körperarbeit

(mit anerkanntem SVEB-Zetifikat)

Sie erwerben Kursleitungskompetenzen und können Körperübungen anleiten. 27 Unterrichtstage, je Dienstag wöchentlich, Beginn März 2001

Inhalte der Ausbildung sind

- Lernpsychologie
- Planung von Unterricht, Didaktik
- Lehr- und Lernformen/Methodik
- Prozesse in Gruppen
- Kommunikation
- Wahrnehmungs-, Entspannungs-, Bewegungs- und energieaufbauende Übungen, Atemarbeit

Diese Fachausbildung wird in Zusammenarbeit mit der **Akademie für Erwachsenenbildung** AEB, Luzern, angeboten.

Fachseminare «Frau und Wechseljahre»

Themenschwerpunkte der Fachseminare

Seminar A Themenspezifisches

medizinisches Grundwissen/Natürliche Heilmittel

Seminar B Spezifische Körperübungen für die Wechseljahre

November/Dezember 2000,

je Montag

Seminar C Sozialwissenschaftliches

Grundwissen

Psychische und soziale Aspekte

der Wechseljahre

6 Tage Februar/März 2001, je Montag

Die Seminare können einzeln

besucht werden.

Zielgruppen

7 Tage

Medizinisch ausgebildete Fachpersonen, die in der Beratung tätig sind, Kursleiterinnen/Erwachsenenbildnerinnen

Stressabbau mehrfachbelasteter Frauen

11. /12. November 2000

Inhaltsschwerpunkte

Wissen zum Thema Stress. Erfahren von Entspannungs-, Aktivierungs- und Vitalisierungsmethoden, Entspannen im Wasser, themenbezogener Erfahrungsaustausch und Gespräche in der Gruppe

Zielgruppen

Fachfrauen verschiedener Berufe. Frauen die persönlichen Stress abbauen möchten. Erfahrung in Körperarbeit ist notwendig.

Ausbildner

Dr. med. Adelbert Olschewski, Heidelberg, Facharzt für innere Medizin, psychotherapeutische Medizin, Naturheilverfahren, Rehabilitationswesen. Autor.

Verlangen Sie detaillierte Informationen bei

Fachschule Frau und Gesundheit, Kasernenplatz 1, 6000 Luzern 7, Tel./Fax 041 240 63 40, ffg.luzern@bluewin.ch



Therapie - **Ausbildungen**

berufs- oder familienbegleitende Diplomabschlüsse in:

- Atemtherapie IKP (2 J.) ganzheitlich-integrativ (anerkannt)
- Körperzentrierte Psychotherapie IKP Ganzheitspsychotherapie, d.h. Beziehungsaufnahme zu allen

Lebensdimensionen,
(anerkannt von der Charta für Psychotherapie)

- Praxisbezogene psychologische Beratung/Therapie IKP
- Gestalttherapie

mit Körpereinbezug (EAGT-anerkannt)

Seit 17 Jahren Erfahrung mit anerkannten Ausbildungen mit Diplomabschluss in Zürich, Bern, Basel, Bregenz, etc. und über 40 bestausgewiesene Ausbildner/innen.

Wir informieren Sie gerne über Zeitdauer, zeitl. Aufwand, Kosten, Möglichkeiten, Anerkennung, wenn Sie uns vormittags anrufen.

Institut für Körperzentrierte Psychotherapie Kanzleistr. 17, CH-8004 Zürich Tel. 01 / 242 29 30 Fax 01 / 242 72 52 e-mail: ikp@access.ch



Immer mehr Therapeuten/Innen erkennen die Vorteile der Energetisch-Statischen-Behandlung ESB/APM

Ohr-Reflexzonen-Kontrolle n. Radloff

Da Schmerzen nicht identisch mit der Ursache sein müssen, bleiben Behandlungserfolge oft unbefriedigend.

Mit der ESB/APM, die auf der alten chin. Medizin aufbaut, können Sie Ursachen erkennen und sinnvoll Abhilfe schaffen.

Diese Erkenntnisse ermöglichen Ihnen nicht nur sichere Therapieergebnisse, sondern auch eine zutreffende Beratung Ihrer Patienten.

Das Konzept der ESB/APM kann vom Behandler an annähernd jedes Fachgebiet angepasst werden. Das Spektrum reicht von der Orthopädie, Neurologie, Internistik etc. bis hin zur Geburtshilfe.

Die chin. Medizinphilosophie wird im Unterricht mit praktischen Übungen weitgehend bewiesen und das Wort "Mystik" hat keinen Platz.

Informieren Sie sich! Fordern Sie unsere schriftliche Information an.

LEHRINSTITUT RADLOFF

9405 Wienacht - Bodensee

Tel. 071 891 31 90 Fax 071 891 61 10 email radloff@bluewin.ch

Besuchen Sie uns im Internet. Unsere Adresse ist http://www.esb-apm.com



2000

SEPTEMBER/SEPTEMBRE **SETTEMBRE**

Mi, 13.-Do, 14. September

Aromatherapie Teil 1

Eine Einführung in die Wirkung der Düfte, in Anlehnung an das Buch «Die Hebammensprechstunde»

Ort: Hotel Rössli, Mogelsberg SG Zeit: Mi 13-Do 14 Uhr Referentin: Ingeborg Stadelmann, Hebamme Kosten: M Fr. 250.-, NM Fr. 330.-, HA Fr. 200.-VP im Doppelzimmer: Fr. 120.-Anmeldeschluss: 8. September Anmeldung/Auskunft *

Mitglied/membre/membre NM: Nichtmitglied/non-membre/ non-membre

Hebammen in Ausbildung ESF: élève sage-femme

allieva levatrice

Do, 14.-Fr, 15. September

Aromatherapie in der Geburtshilfe und Frauenheilkunde, Teil 4

Dufterfahrene Hebammen treffen sich

Ort: Hotel Rössli, Mogelsberg SG Zeit: Do 16-Fr 16 Uhr Referentin: Ingeborg Stadelmann, Hebamme Kosten: M Fr. 250.-, NM Fr. 330.-, HA Fr. 200.-VP im Doppelzimmer: Fr. 120.-Anmeldeschluss: 8. September Anmeldung/Auskunft *

Ve 29 septembre

Droits et devoirs de la sage-femme

Lieu: Vevey Horaire: 9 h 15-17 h Intervenante: Linda Hainaut, avocate et sage-femme Prix: M Fr. 125.-, NM Fr. 175.-Délai d'inscription: 8 sept. Inscription/Renseignements*

Sa, 30. September

Dammnaht post partum

Ort: Hebammenschule Luzern Zeit: 9.30-17 Uhr Referentin: Dr. med. Elisabeth Blöchlinger Kosten: M Fr. 120.-, NM Fr. 160.-

Anmeldeschluss: 8. September Anmeldung/Auskunft*

OKTOBER/OCTOBRE OTTOBRE

Mo, 2.-Di, 3. Oktober

Beckenbodenarbeit, Teil 1

Sanftes Beckenbodentraining im Frühund Spätwochenbett

Ort: Bildungs- und Tagungszentrum, 8708 Boldern Zeit: Mo 10-Di 16.30 Uhr Referentinnen: S. Friese-Berg, Hebamme; A. Hope, Physiotherapeutin Kosten: M Fr. 350.-

NM Fr. 450.-. Übernachtung DZ, VP: Fr. 95.-

Anmeldeschluss: 8. September Anmeldung/Auskunft*

Ma 3 octobre

Protection de la personnalité: de la conception à la fin de vie

Lieu: Genève Horaire: 9 h 15-17 h Intervenante: Linda Hainaut, avocate et sage-femme Prix: M Fr. 125.-, NM Fr. 175.-Délai d'inscription: 8 sept. Inscription/Renseignements*

Mi, 4.-Do, 5. Oktober

Beckenbodenarbeit, Teil 3

Vertiefungskurs: Rücken und Bauch braucht der Beckenboden auch. Controlling. Besuchte Teile 1+2 Voraussetzung

Ort: Bildungs- und Tagungszentrum, 8708 Boldern Zeit: Mi 10-Do 16.30 Uhr Referentinnen: S. Friese-Berg, Hebamme; A. Hope, Physiotherapeutin

Kosten: M Fr. 350.-, NM Fr. 450.-, Übernachtung DZ, VP: Fr. 95.-Anmeldeschluss: 8. September Anmeldung/Auskunft*

Me 11 octobre

Accouchement dans l'eau

Lieu: à définir Horaire: 9 h 15-17 h Intervenante: Annemarie Kalasek Prix: M Fr. 175.-, NM Fr. 245.-, ESF Fr. 175.-Délai d'inscription: 8 sept. Renseignements: Christiane Sutter, 021 944 52 10 Inscription*

Sa, 21. Oktober

Qualität, Standards, Qualitätssicherung, Teil 1

Minimum 10 Teilnehmerinnen, keine Begrenzung nach ohen

Weitere Kursdaten: 9. Dezember (Teil 2) Ort: Hebammenschule Luzern Zeit: 9.30-16.30 Uhr Referentin: Jeannette Höfliger, Hebamme und Pflegeexpertin Kosten: M Fr. 160 .- . NM Fr. 220.-Anmeldeschluss: 21. September Anmeldung/Auskunft*

Je 26 octobre

Danse du ventre durant la grossesse, l'accouchement et le post-partum, niv. 1

Lieu: Suisse romande Horaire: 9 h 30-17 h Intervenante: Sybilla Spiess Prix: M Fr. 190.-, NM Fr. 245.-, ESF Fr. 190.-Délai d'inscription: 11 septembre Renseignements: Christiane Sutter, 021 944 52 10 Inscription*

* Anmeldungen: schriftlich an SHV

* Infos: SHV, 031 332 63 40 * Inscriptions: par écrit à la FSSF * Infos: FSSF, 031 332 63 40

* Iscrizioni: per iscritto alla FSL * Informazioni: FSL, 031 332 63 40



Beweaunas-Zentrum

Tel: 041 610 06 17

IDEOKINESE

Das neue Körpergefühl durch ganzheitliches Bewegungstraining

Dynamische Beckenbodengymnastik

9. und 10. Dezember 2000

Kursinhalt

- eine entspannte, tiefe Atmung belebt den ganzen Beckenbereich Bilder und Vorstellungskraft unterstützen die Beweglichkeit des Beckens in jedem Moment
- Kraft von der "Mitte" erleben
- Beckenbodenmuskeln werden in Verbindung mit dem ganzen Körper dynamisch bewegt

Kurszeiten:

Samstag 10.00 bis 17.00 Uhr Sonntag 10.00 bis 15.00 Uhr

Kursort:

Robert-Durrer-Strasse 2, 6370 Stans

1.Stock, (Haus Zelger-Apotheke), vis à vis Bahnhof u. Post

Kurskosten:

Anmeldung:

bis 25. November 2000 an die Kursleiterin

Kursleituna:

Rita Schriber-Bitterli

Hebamme, dipl. Ideokinese-Bewegungspädagogin Robert-Durrer-Str. 2, 6370 Stans. Tel: 041/610'06'17

Bewegen

Erleben

Geniessen



Primflex Queens 4-Saison

100 % daunendichte Baumwolle Cambric Extra

Füllung: 90 % 1a neue, reinweisse Gänsedaunen

Ausführung: Karo/Kassetten gesteppt. Baumwollband doppelt genäht. Steg 3 cm

Grösse A: 160 x 210 cm Grösse B: 200 x 210 cm

Füllgewicht:

Dicke Decke A: 550g, B 700g Dünne Decke A: 450g, **B** 575g Antistatisch, zieht keinen Staub an Kein Lebendrupf (Tierfreundlich)

Etikett mit Pflegeanleitung Verpackung: In praktischem «See-

mann's-Sack» aus 100% Baumwolle mit Cordverschluss

primflex 13315

Die hervorragende Qualität dieses Daunen-Duvets garantiert Ihnen eine optimale Wärmeverteilung. Gefüllt mit Original 90 % 1a neuen, reinweissen Gänsedaunen von höchster Qualität.

PERSONAL PREIS



Im Frühjahr das dicke Duvet Im **Sommer** das dünne Duvet Im Herbst das dicke Duvet Im Winter dickes und dünnes Duvet zusammengeheftet

Das Füllgewicht bei der dicken Decke ist 550 g/700 g, bei der dünneren Decke **450 g/575 g.** Beide Decken können im Handumdrehen aneinander geknöpft werden.

Schlaf ist das halbe Leben. Nur ein gesunder Schlaf ermöglicht Ihnen, sich wirklich zu erholen. Und nur so sammeln Sie neue Energie für den nächsten Tag. Leider messen 90% aller Schweizer der richtigen Zusammenstellung von Lattenrost und Matratzen viel zuwenig Wert bei. Das ist schade. Denn im Vergleich zu anderen Gütern des täglichen Bedarfs spielt das

Bett für unsere Gesundheit eine sehr wichtige Rolle. Immerhin verbringen wir einen Drittel unseres Lebens im Bett. Überzeugen Sie sich selbst. Mit den neuen Schlafsystemen von Primflex können Sie jetzt spürbar etwas für Ihre Gesundheit tun.

Beachten Sie deshalb bitte die folgenden Seiten!



Die Matratze ist der weichmachende Teil des Bettes. Für das weiche Liegegefühl verwendet man am besten Latex (Kautschuk). Hierbei ist es wichtig, eine Mischung zwischen Naturlatex (gewonnen vom Gummibaum) und Syntheselatex (gewonnen aus Erdöl) herzústellen. Gemäss Institut für Latexforschung (Malaysia) müssen zum Naturlatex mindestens 20% Anteil an synthetischem Latex verwendet werden. Unser Schweizer Latex enthält 75% Naturlatex und 25% Syntheselatex. Dadurch erhält er eine hohe mechanische Qualität und weist eine lange Lebensdauer auf (vorausgesetzt, Sie verwenden einen hochwertigen Rahmen). Vorteile von Latex gegenüber synthetischen Schaumstoffen:

- Auf Latex entwickeln sich Bakterienkulturen.
- Latex hat keine ausdünstenden Fluchtstof-
- Latex bleibt in seiner Festigkeit konstant.
- Latex ist viel elastischer als Schaumstoff.
- Latex lässt sich umweltfreundlich entsorgen.

Bitte beachten Sie, dass auch die teuersten Matratzen jeglicher Hersteller nach etwa 10 Jahren aus hygienischen Gründen ausgewechselt werden sollten.

Primflex Drei-Zonen-Exclusiv

Antiallergisch

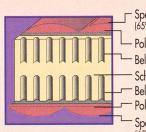
Liegequalität: mittelfest

Art.Nr. EX19 90 x 200 cm: Art.Nr. EX20

Auf Wunsch auch 160 x 200 cm erhältlich. Info-Telefon 0848 80 77 60

Produkt-Info:

- Abnehmbarer Bezug in Spezialgewebe mit Reissverschluss auf 3 Seiten.
- Bezug waschbar bis 90°
- Schweizer Stiftlatex-Kern
- äusserste Elastizität
- gute Wärmeisolation
- antiallergisch
- staub- und bakterienfrei
- geräuschlos und pflegeleicht
- besonders geeignet für Rahmen Primflex Bono und Star



Spezialgewebe-Bezug (65% Polyester, 35% Baumw

Polyesterfaser

Belüftungskanäle

Schweizer Stiftlatex-Kern Belüftungskanäle

Polyesterfaser

Spezialgewebe-Bezug (65% Polyester, 35% Baumy



Stiftlatex







Neuh

Polyesterfaser Rahmen geeignet

Primflex Futura-Plus

5-Zonen-Taschenfederkern-Matratze mit dem 100%-Allergie-Schutz von Cottosan

Bei dieser luxuriösen Matratze werden Naturmaterialien von höchster Qualität verwendet. Der Taschenfederkern ist beidseitig mit Stiftlatex abgedeckt und beidseitig mit Schafwolle in Wollsiegelqualität versteppt. Die Matratze ist gut geeignet für Personen, die weder hart noch weich schlafen wollen, normal schwitzen und einen hohen Wärmebedarf haben. Die körperunterstützende Funktion ist sowohl für kleine leichte, als auch für grosse schwere Personen sehr gut.

> **Handliche Eck-**Wendegriffe (8x)

90 x 190 cm: 90 x 200 cm:

Art.Nr. FP19 Art.Nr. FP20

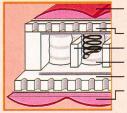
VERTRAUEN Schadstoffgeprüfte Textilien nach Öko-Tex Standard 100

Taschenfederkern flexibel und atmungsaktiv

Liegequalität: mittelfest

Produkt-Info:

- Hochwertiger Drellbezug: Cottosan®-Spezial-Gewebe mit Schafschurwolle (IWS) versteppt
- Schweizer Stiftlatex
- Taschenfederkern
- Körperunterstützende Funktion für kleine leichte, als auch für grosse schwere Personen sehr gut
- Besonders geeignet für Rahmen Primflex Maxiflex und Primflex Star



Cottosan® mit Schafschurwolle (IWS) (300g/m²) versteppt

Stiftlatex

Dämpfungsstreifen

Taschenfederkern

Cottosan® mit Schafschurwolle (IWS) (300g/m²) versteppt





atex











Lattenrostgeeignet



+ Gratis Hauslieferung



+ Altbett Entsorgungsservice





PERSONALSHOP-Ratgeber

Gesunder Schlaf beginnt beim Kaufen

Die richtige Schlafhaltung ist viel wichtiger als Sie glauben. Viele Körperschmerzen sind Folge einer falschen Körperhaltung beim Schlaf.

1 Kopfschmerzen Steifer Nacken

Verspannungen in der Nackenmuskulatur werden durch eine schlechte Schlafhaltung oft noch verschlimmert und können die Ursache von Spannungs-Kopfschmerzen sein. Wird der Nacken nicht richtig gestützt, so kann die Muskulatur im Schlaf überdehnt und belastet werden, was zu Schmerzen und Steifheit führt.

Rückenschmerzen

Rückenschmerzen gehören zu den häufigsten Gesundheitsproblemen überhaupt. Oft verschlimmern sich Schmerz und Steifheit nachts, insbesondere, wenn die Matratze die Wirbelsäule in eine unnatürliche Lage zwingt.

Schmerzen in den Hüftgelenken Schmerzen in den Hüftgelenken können sich durch eine harte Matratze noch verschlimmern und zu erheblichen Beschwerden oder gar zu einer Hüft-

4 Knieschmerzen

gelenk-Entzündung führen.

Eine Entzündung der Kniegelenke kann zu einer Druck- und Berührungsempfindlichkeit führen. Dieses Problem läßt sich mit einer Matratze beheben, die schon bei der geringsten Druckbelastung nachgibt.

5 Weichteil-Rheumatismus

Dieses häufige Problem wird oft durch eine schlechte Schlafhaltung, die zu Verspannungen in der Rücken- und Schultermuskulatur führt, noch verschlimmert.

6 Schmerzen in den Armen

Schmerzen, Taubheitsgefühle und ein prickelndes / stechendes Gefühl in den Armen werden in der Regel von entzündeten Nackennerven ausgelöst. Diese Beschwerden werden oft durch eine schlechte Schlafhaltung noch verschlimmert, insbesondere, wenn der Nacken nicht richtig gestützt wird.

1 lechia

Ischias-Schmerzen, die von der Rückseite des Oberschenkels über die Wade bis zum Fuss verlaufen, können oft monatelang anhalten.

Ein Bett, das eine unnatürliche Schlafhaltung bewirkt, kann diese Beschwerden oft noch verschlimmern.

8 Durchblutungs-Störungen

Durchblutungs-Störungen führen oft zu geschwollenen Füssen und Waden sowie zu nächtlichen Schmerzen und Taubheitsgefühlen. Die Matratze sollte weich genug sein, um den Auflage-Druck zu verringern, der die Blutzirkulation behindert.



Primflex Ergonomica-Plus

COTTOSAN® verbessert Ihre Schlafqualität

Die neue 5-Zonen-Stiftlatex-Matratze «Ergonomica-Plus» mit dem 100%-Allergie-Schutz von Cottosan

Diese neue Matratze ist die beste Errungenschaft der Schlaf-Forschung seit vielen Jahren. Das optimale Innenleben dieser Matratze wird bestimmt durch einen 13 cm dicken 5-Zonen-Stiftlatex. Diese fünf verschiedenen Liegezonen passen sich durch Ihr Gewicht und Ihrer Körpertemperatur exakt der Körperform an. Sie erleben ein Gefühl der Schwerelosigkeit. Der hochwertige Schweizer Stiftlatex gewährleistet optimales Schlafklima durch unzählige Luftkanäle. Diese erlauben den Luftaustausch von beiden Seiten. Und der neue anti-allergene Matratzenstoff «Cottosan®» von SaniCott verhindert dauerhaft die Entstehung und Vermehrung von Schimmelpilzen und greift in die Ernährungskette von Hausstaubmilben ein.

Die Vorteile liegen auf der Hand:

Kein mühevolles, regelmässiges Waschen des Matratzenbezuges wie bisher, um Milbenkulturen zu entfernen. Da sich keine Pilze, Bakterien oder Hausstaubmilben entwickeln können, entfallen auch die besonders allergen wirkenden Milben-Ausscheidungen. Der Schutz von «Cottosan®» gegen Hausstaubmilben und deren Allergene hält bei normalen Gebrauch während der gesamten Nutzungsdauer (etwa 10 Jahre) an. Und zusätzlich erfüllen die mit «Cottosan®» veredelten Matratzenstoffe die hohen human-ökologischen Anforderungen des Öko-Tex-Standards 100.

Bitte beachten Sie: Auch die teuersten Matratzen jeglicher Hersteller sollten nach etwa zehn Jahren aus hygienischen Gründen ausgetauscht werden.



Schadstoffgeprüfte Textilien nach Öko-Tex Standard 100

Swing Latex

Primflex Swina

Die Lösung von Haltungs- und Bandscheibenschäden

Höchste Qualität aller verwendeten Materialien. Der hochwertige Schweizer Natur-Stiftlatex gewährleistet optimales Schlafklima durch unzählige Luftkanäle, die den Luftaustausch von beiden Seiten erlauben. Die Latex Swing Air weist eine Vielzahl von kleinen und mittleren Löchern auf, die versetzt zueinander angeordenet sind. Das bewirkt eine geringere Einsinktiefe als bei herkömmlichen Matratzen und der anatomisch fester erscheinende Liegekomfort trägt wesentlich zur Verbesserung des Schlafkomforts bei.

Beste körperunterstützende Eigenschaften für kleine, leichte wie für grosse, schwere Personen. Arztlich empfohlen.

Atmungsaktiv durch Millionen mikrofeiner Luftkammern

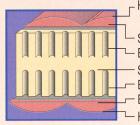
Liegequalität: mittelfest

Art.Nr. SW19 90 x 190 cm: 90 x 200 cm: Art.Nr. SW20

Auf Wunsch auch 160 x 200 cm erhältlich. Info-Telefon 0848 80 77 60

Produkt-Info:

- Hochwertiger Drellbezug
- Naturfaserauflage aus Schafschur wolle (WICHTIG: von lebenden Schafen geschoren) als Winterseite
- 2 Belüftungskanäle
- Schweizer Stiftlatex-Kern, 12 cm hoch
- Naturfaserauflage aus Baumwolle (feinste Qualität) als Sommer-
- bestens geeignet f
 ür Lattenrost Primflex Bono und Star



Hochwertiger Drellbezug

Schafschurwolle 300 gr/m² - Winterseite Belüftungskanäle

Schweizer Stiftlatex-Kern 12 cm hoch Belüftungskanäle

Baumwolle 200 gr/m² - Sommerseite Hochwertiger Drellbezug







geeignet









+ Gratis Hauslieferung



+ Altbett Entsorgungsservice



Sie schlafen spürbar besser

Die Matratze ist der weichmachende Teil des Bettes. Für dieses weiche Liegegefühl verwenden Sie am besten Stiftlatex-Matratzen. Der Schweizer-Stiftlatex ist durch seine Millionen mikrofeiner Luftkammern optimal atmungsaktiv. Diese wichtige Luft-Zirkulation und der angenehme Liegekomfort machen Ihren Schlaf ruhiger. Das Bedürfnis, im Bett ständig die Lage zu wechseln wird dadurch erheblich vermindert. Das steigert wiederum die Dauer Ihres Tiefschlafes.

Die Vorteile von Latex im Überblick

- perfekte Körperanpassung
- Auf Latex entwickeln sich keine Bakterien-
- Latex hat keine ausdünstenden Fluchtstoffe
- Latex bleibt in seiner Festigkeit konstant
- Latex ist viel elastischer als Schaumstoff
- Latex lässt sich umweltfreundlich entsorgen
- Stiftlatex ist überdurchschnittlich atmungsaktiv

gehört zu den am weitest verbreiteten Erkrankungen unserer Zeit:

- Allergien werden von Hausstaubmilben verursacht
- 50% aller Asthma-Erkrankungen sind auf

Im feucht-warmen Bett-Klima (ca. 20°-30° und

Allergien - die Geissel unserer Generation

Die Hausstaub-Allergie

- bis zu 25% aller
- Hausstaubmilben zurückzuführen

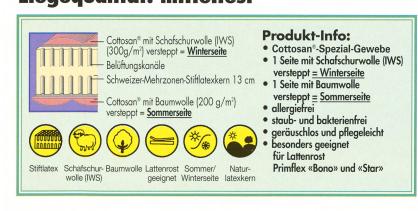
65-80% Luftfeuchtigkeit) finden Hausstaubmilben und Schimmelpilze normalerweise ideale Lebensbedingungen vor. Diese werden durch den speziellen Cottosan®-Stoff entzogen. **Schlafsysteme**

Liegequalität: mittelfest

Zone 2

5-Zonen-Latex-Matratze

Zone 1



Zone 3

COTTOSAN® – der anti-allergene Matratzenstoff



Zone 5

primflex Maxiflex K+F MZV-S

Betteinlegerahmen mit Kopfteil-, Fussteil-, Mittelzonen-Härteverstellung und Schulteranpassung

Patentierte Härteverstellung/ 2-Punktelagerung Individuelle Schulteranpassung

Hochelastische Lagerung bis Aussenkante Rahmen

90 x 190cm = Art.-Nr. ER 319 90 x 200cm = Art.-Nr. ER 320

> Neuartige Lagerung mit hoch-elastischer Federung, die Flexibilität bis zur Aussenkante des Buche-Schich holzrahmens ermöglicht

30 Federholzleisten, mehrfach verleimt, beweglich in Kautschukkappen mit starker Unterfederung gelagert

Fussteil stufenlos verstellbar

Hohe Körper-Anpassungsfähigkeit und Stabilität durch Mittelband

VON ÄRZTEN UND

ORTHOPÄDEN EMPFOHLEN

Speziell geeignet für Latex-, Natur-, Schaum- und **Taschenfederkernmatratzen**

durch weichere Lagerung und ausgefräste Federleisten

> Stabile Schutzkappe an den Kanten

Kopfteil stufenlos

verstellbar

Stabiler Buche-Schichtholzrahmen, gewachst mit abgerundeten Kanten Höhe: 9 cm

Patentierte Härteverstellung mit Blockierung der Federung

Patentierte Mittelzonenverstärkung

statt Fr. 745 .-Personalrabatt

primflex Bono K+F MZ (Ohne Abbildung)

Betteinlegerahmen mit Kopfteil-, Fussteil- und Mittelzonenverstellung

Art.Nr. ER 119 90 x 190 cm: 90 x 200 cm: Art.Nr. ER 120 Auf Wunsch auch 160 x 200 cm erhältlich

statt Fr. 450.-**Personalrabatt PERSONAL PREIS**





PERSONALPREIS

Gratis Hauslieferung! Sie sparen weitere 15°



Patentierte Härteverstellung, 2 Punktlagerung

Schulterabsenkung

90 x 190 cm: Art.Nr. ER 219 90 x 200 cm: Art.Nr. ER 220

Auf Wunsch auch 160 x 200 cm erhältlich. Info-Telefon 0848 80 77 60

28 Federholzleisten, mehrfach verleimt, beweglich in Kautschukkappen mit starker Unterfederung gelagert primflex

teinlegerahmen mit Kopfteil-, Fussteil-, Mittelzonen-Härteverstellung und

Schulterabsenkuna

Kopfteil stufenlos verstellbar

Schulterabsenkung

Patentierte Härteverstellung mit Blockierung der Federung



Speziell geeignet für Latex-Natur-, Schaum- und **Taschenfederkernmatratzen**

> Stabile Schutzkappen an den Kanten

Stabiler Schichtholz-Rahmen - Höhe 5,5 cn

Bewegliche Kappen aus langlebigem und sehr widerstandsfähigem Naturkautschuk



Personalrabatt **PERSONALPREIS**

statt Fr. 650.-

Fussverstellung durchgehend bis zum Kopfteil. Fussteil stufenlos ver-

Hohe Körper-Anpassungsfähigkeit durch dehnbares Mittelband

+ Gratis Hauslieferung

Primflex >

+ Altbett Entsorgungsservice



Der hochwertige Mumien-Schlafsack "Greentree Ascona" hat immer die optimale Wärme für Sie. Das garantiert ein neu ermittelter Temperatur-Komfortbereich. Sie werden begeistert sein, denn Sie schlafen wie unter Ihrer gewohnten Bettdecke.

Siliconisierte Hohlfaser die ideale Schlafsack-Füllung

Der Aussenstoff besteht aus dem bewährten, wasserabweisenden und hochwertigen Nylon 190T WR/WP, der Innenstoff besteht aus 100% reiner Baumwolle. Eine hochwertige siliconisierte Hohlfaser (300 g/m², 2-lagig) garantiert Ihnen ein behagliches Schlafgefühl und sorgt zudem für optimale Ventilation und Isolation. Diese Hohlfaser ist mit Luft gefüllt. Dadurch ist die Ventilation abgestimmt und lässt im Gegensatz zur Daune überschüssige Hitze leicht abziehen. Die siliconisierte Hohlfaser ist wesentlich pflegeleichter und hygienischer als die Daune. Sogar Feuchtigkeit oder Nässe kann ihr nichts anhaben. Beide Füllungen sind getrennt gesteppt. Das verhindert den Wärmeverlust durch die Steppnähte. Der Reissverschluss bleibt dank des praktischen Klettband-Verschlusses gut verschlossen. Ein breiter Wärmekragen hält die Wärme im Schlafsack.

Die Kapuze ist Kopfkissen und Dokumenten-Tasche zugleich

An der Hinterseite der Kapuze ist eine praktische Tasche, die sich mit einem Reissverschluss leicht öffnen und schliessen lässt. Die Tasche eröffnet Ihnen mehrere Möglichkeiten. Ihr Schlafsack lässt sich hier bestens verstauen. Zum Schlafen geben Sie ein Kissen hinein und schon fühlen Sie sich wie in Ihrem Bett. Besonders praktisch ist diese Tasche auch als Dokumentenfach.

Koppelbare Schlafsäcke – der neue Trend

Vorbei sind die Zeiten, als Sie mit Ihrem Partner zwar in einem Zelt, aber in getrennten Schlafsäcken übernachten mussten.

Der neue "Greentree Ascona" ist koppelbar. Innerhalb von nur wenigen Sekunden. Und schon haben Sie einen grossen und breiten Schlafsack für mehr Behaglichkeit und Spass zu zweit.



Produkt-Info

Primflex Queens Daunen Gesund-

Fassung: 100% daunendichte Baumwolle Cambric Extra

Füllung: 100% neue reine Gänsedaunenfederchen

Ausführung: Baumwolle-Einfassband.

Biese doppelt abgesteppt Art.-Nr.154 (65×65 cm):

1000g Fr. 49.– **Art.-Nr. 155** (65×100 cm): 1400g Fr. 59.–

> 5 Jahre

Fixleintücher zu Bestpreisen

Fein-Frotiee

Ausserordentlich hochwertige und besonders schlingendichte Superqualität. Die Frotteeschlingen sind aus 100 % Baumwollgarn. Herrlich weich und sehr saugfähig. Das Primflex Fein-Frottee ist ganz besonders atmungsaktiv und in hohem Masse temperaturausgleichend. Beste Qualität aus 80 % Baumwolle und 20% Polyester. Sehr pflegeleicht. Bügelfrei. Waschbar 60°.

Für Matratzengrössen von 90/100 x 190/200 cm

weiss	Art.Nr. TA11
rosa	Art.Nr. TA14
	Art.Nr. TA15
	Art.Nr. TA13
0	Art.Nr. TA12

statt 🌭-

Für Matratzengrössen von

$140/160 \times 190/200 \text{ cm}$

weiss	Art.Nr. TA26
rosa	Art.Nr. TA29
	Art.Nr. TA30
	Art.Nr. TA28
hellblau	Art.Nr. TA27

statt 🌭-26.-

Für Matratzengrössen von 180/200 x 190/200 cm

weiss	Art.Nr. TA16
rosa	Art.Nr. TA19
	Art.Nr. TA20
	Art.Nr. TA18
	Art.Nr. TA17

statt > .-

TOP-QUALITÄT

Fixleintücher -Beste Baumwoll-Qualität

Dieses Angebot hält allen Qualitäts- und Preisvergleichen stand. Noch nie wurden in der Schweiz Fixleintücher aus Fein-Jersey und Fein-Frottee zu diesem Dauer-Tiefpreis angeboten. Rundum elastischer Gummizug für perfekten Halt.



Fein-Jersey

Diese Fixleintücher aus Fein-Jersey sind die reinste Wohltat. Herrlich fein und sehr hautsympathisch. Feine Qualität aus reiner Baumwolle. Supergekämmt. Atmungsaktiv, angenehm weich, temperatur-ausgleichend und strapazierfähig. Rundum mit Gummizug und beste Passform. 100% Jersey Baumwolle. Sehr pflegeleicht. Bügelfrei. Waschbar 60°, Trocknerbeständig

Für Matratzengrössen von 90/100 x 190/200 cm

weiss	Art.Nr. TA01
rosa	Art.Nr. TA04
	Art.Nr. TA0 5
	Art.Nr. TA03
	Art.Nr. TA02

statt 🛰 -

Für Matratzengrössen von

$140/160 \times 190/200 \text{ cm}$

weiss	Art.Nr. TA21
rosa	Art.Nr. TA24
	Art.Nr. TA25
	Art.Nr. TA23
	Art.Nr. TA22

statt 📉 –

Für Matratzengrössen von 180/200 x 190/200 cm

weiss	Art.Nr. TA06
rosa	Art.Nr. TA09
	Art.Nr. TA10
	Art.Nr. TA08
	Art.Nr. TA07

statt 😹 -

Kuschelweiche Frottee-Qualität!

6 Handtücher 50 x 100 cm



3 Duschtücher 70 x 130 cm



Ein guter Tag beginnt morgens im Badezimmer. Dazu gehören natürlich auch schöne Handtücher und Dusch-/Badetücher. Dieser Walk-Frottee ist sehr flauschig und fühlt sich angenehm weich auf der Haut an. Das sehen und spüren Sie sofort. Der herrlich kuschelige Frottee-Stoff ist natürlich aus 100% Baumwolle und besonders saugfähig. Und der Preis ist sensationell günstig. Das 9-teilige Hand- und Dusch-/Badetuch-Set scheut keinen Preis-/Leistungsvergleich. Bestellen Sie noch heute!

9-tlg. Frotteetuch-Sparset

Art.Nr. 1610 rosa hellblau Art.Nr. 1620 lachs Art.Nr. 1630 weiss Art.Nr. 1640 Art.Nr. 1650 gelb

statt Fr. 130.-Personalrabatt **PERSONAL PREIS** Art.-Nr. siehe

Produkt-Info

- 9tlg. Frotteetuch-Sparset bestehend aus:
- 6 Handtücher 50x100 cm
- 3 Duschtücher 70x130 cm
- Bester Walk-Frottee
- Dekorative Glanzsatin-Borte
- 100% Baumwolle
- 60° waschbar





primflex **Schlafsysteme**

Produkt-Info

Primflex Queens Daunen-Duvet

100 % daunendichte Baumwolle Füllung: 90 % 1a neue, reinweisse Gänsedaunen

Ausführung: 6 x 8 cm bzw. 8 x 8 Karo-Kassetten gesteppt. Hellblaues Baumwollband doppelt genäht. Steg 3 cm Mit Stickerei «QUEENS»

Füllgewicht: Artikel 162: 950g Artikel 163: 1100g

Antistatisch, zieht keinen Staub an Kein Lebendrupf (Tierfreundlich) Etikett mit Pflegeanleitung



Die hervorragende Qualität dieses Daunen-Duvets garantiert Ihnen eine optimale Wärmeverteilung. Gefüllt mit Original 90 % 1 a neuen, reinweissen Gänsedaunen von höchster Qualität.

> 160 x 210 cm: Art.-Nr. 162 200 x 210 cm: Art.-Nr. 163

 $200 \times 210 \text{ cm}$ statt Fr. 595.-Personalrabatt **PERSONALPREIS**

160 x 210 cm statt Fr. 450.-Personalrabatt

PERSONAL PREIS

Wir sind 24 Stunden persönlich für Sie da! 🛣 0848 80 77 60

Feinste Bettwäsche zu Traumpreisen



Garnitur «CORA»

Art.Nr. BWC 09: 98.-

1 x 160x210 und 1x 65x100

Art.Nr. BWC 10: 129.-

1 x 200x210 und 2x 65x 65

1 x 160x210 und 1x 65x100

1 x 200x210 und 2x 65x 65

Art. Nr. BWE 03: statt 119.- 79.-

• 100% Mako-Baumwolle, feinste Satinqualität, reaktiv gedruckt und mercerisiert

Konfektioniert mit Reissverschluss

 Top-Qualität und Design von LAFEWO Schweiz **Garnitur «FOUR SEASONS»**

Art.Nr. BWF 07:

1 x 160x210 und 1x 65x100

Art.Nr. BWF 08: 129.-

1 x 200x210 und 2x 65x 65

1 x 135x170 und 1x 65x100

1 x 200x210 und 2x 65x 65

Art. Nr. BWR 06: statt 119.- 79.-



 Top-Qualität und Design von LAFEWO Schweiz Das hochwertige und allseits bewährte

4-Jahreszeiten Duvet



Direkt ab Fabrik!

Wärme nach Mass für jede Jahreszeit

Das 4-Jahreszeiten Duvet besteht aus einer dickeren und einer dünneren Bettdecke, die mit sechs Druckknöpfen aneinander befestigt werden können.

Sie können also nach Wunsch in jeder Jahreszeit die Dicke Ihres Duvets zusammenstellen.

Warm und luftig

Dieses 4-Jahreszeiten Duvet aus 100 % hautfreundlicher weisser Baumwolle ist mit der weltberühmten siliconisierten Hohlfaser der Qualitätsmarke "PRIMFLEX HOCHBAUSCH" gefüllt. Diese Faser hat die gleichen Eigenschaften wie die Daune, ist jedoch viel hygienischer und ideal für Menschen, die gegen Staub allergisch sind. Die hohle Faser ist mit Luft gefüllt. Dadurch ist die Ventilation auf den schlafenden Menschen abgestimmt und lässt im Gegensatz zur Daune überschüssige Hitze leichter abziehen.

nonallergisch staubfrei und hygienisch antirheumatisch

160 x 210 cm statt Fr. **329.-Personalrabatt**

PERSONALPREIS

Art.-Nr. 033

160 x 210 cm 200 x 210 cm

200 x 210 cm statt Fr. 419.-Personalrabatt PERSONALPREIS

Art.-Nr. 034

Produkt-Info

- Füllung: 100 % siliconisierte Hohlfaser
- Dank der Hohlfaser 30% mehr Volumen
- Optimale Ventilation und Isolation
- Ideal für Leute mit Allergien gegen Naturdaune oder Staub
- Leicht und herrlich warm
- Durch Steppbahnen kann sich die Füllung nicht verschieben
- Bezug aus 100 % hautfreundlicher weisser
 Baumwolle
- Waschbar bis 40°

Jahre Garantie

Passend dazu: Kissen
65x65cm und 65x100 cm



Im Frühfahr das dicke Duvet
Im Sommer das dünne Duvet
Im Herbs? das dicke Duvet
Im Winter dickes und dünnes
Duvet zusammengeheftet

Die dicke Decke wiegt 350g pro m², die dünnere Decke wiegt 200g pro m². Mit sechs Druckknöpfen können beide im Handumdrehen aneinander geheftet werden.



Naturlatex Stützkissen "Medica" Gesund und orthopädisch richtig



Schlafsysteme

Mit dem Medica Naturlatex-Stützkissen schlafen Sie gesund, reizfrei und orthopädisch richtig. Es ist

hautneutral, atmungsaktiv (Luftkanäle) und hygienisch - besonders geeignet für Allergiker, sowie Personen mit Verspannungen im Nacken-

und Schulterbereich (Kissenrundungen passen sich exakt Kopf-, Nacken- und Schulterbereich an).

Reserve-Hülle für Stützkissen 29 Art.Nr. 138



Produkt-Info

- Hochwertiges Schweizer Natur-Stifflatexkissen
 Spezialgewebe
 65% Polyester,
 35% Baumwolle
 Abpelmans Kissankille
- Abnehmbare Kissenhülle mit Reissverschluss
 Hülle kochfest bis 95 °

T-Shirt 6er-Pack



Produkt-Info

T-Shirt 6er-Pack

- Farbe: weiss
- 100 % feinste Baumwolle
- 155 gr. Baumwolle / m²
- Klassische amerikanische Form, extra lang
- Elastische Doppelkappennähte am Halsbund
- Exklusiver nahtloser Rundumschnitt
- Grössen: M, L, XL, XXL

Optimale Passform, Top Qualität

Weisse T-Shirts sind die idealen Unterhemden. Hier ist das T-Shirt mit der optimalen Passform. Dieses T-Shirt behält auch nach vielmaligen Waschen seine Passform. Die elastischen Doppelkappennähte am Halsbund verhindern das lästige Ausweiten in der Halsregion. Der exklysive nahtlose Rundumschnitt sorgt für perfekte Pass-form. Die klassische amerikanische Form besticht durch beste Verarbeitung. Feinste weisse Baumwolle verwöhnt Ihre Haut. Ideal für die Freizeit, zum Schlafen oder einfach als Unterhemd. Dieses T-Shirt trägt zu Ihrem allgemeinen Wohlbefinden bei.

statt Fr. 84.-Personalrabatt **PERSONALPREIS**

Lieferung: Gratistransport per Camion für alle bestellten Matratzen und Betteinlegerahmen. Im Vergleich zu anderen Anbietern sparen Sie damit weitere 15% des Warenwertes!

WICHTIG: Unbedingt Telefon-Nummer angeben, damit wir mit Ihnen einen genauen Liefertermin vereinbaren können.

Bezahlung: Gegen Rechnung = Garantieschein.

PERSONALSHOP - Vorzugsbestellschein

Entsorgung: Gegen eine minimale, kostendeckende Gebühr entsorgen wir Ihre alten Matratzen und Bett-einlegerahmen 1:1 nach den Richtlinien des Umwelt-

Die angegebenen Personalpreise gelten nur für ausgewählte Firmen (z.B. die Post, Novartis, SBB, Swissair usw.) und Personal-Verbände (SBPV, VPOD, SMUV usw.) im Zusammenhang mit der auf dem Vorzugsbestellschein vermerkten Code-Nummer.

Alle übrigen bestellten Artikel erhalten Sie per Postpaket mit Rechnung direkt von der von uns beauftragten Organisation **WWB**, eine öffentlich-rechtliche Stiftung für die wirtschaftliche und soziale Wiedereingliederung von erwerbsbeeinträchtigten Personen.

Unser Info/Bestelltelefon 0848 80 77 60 oder Fax: 0848 80 77 e-mail: personalshop@wwb.ch

Schweizer

Hebamme

französisch

C35

deutsch

Code Nr.

Datum



ArtNr.	Grösse	Menge	Artikelbezei	chnung	Einzelpreis
	18/1				
Angebote gültig s ücksichtigt. Preise uchen Sie unsere	Lolange Vorrat. Die Bestel , Mass- und Modelländeru LADENGESCHÄFTE: Fluaha	ungen werden ngen sowie Dru fenstrasse 235.	in der Reihenfolge ihres Einganges ckfehler vorbehalten. Preise inkl. MWST. 4056 Basel und am Neuhofweg 51, 4147 Aesch	+ Versandkostenanteil (Matratzen/Rahmen: GRATIS)	
			,	Sind Sie bereits I	Kunde ?
AME UND	VORNAME IN B	LOCKSCH	RIFT	ja, Nr	les la
				nein nein	
rasse					

Geburtsdatum

Unterschrift

Bestellschein einsenden an:

PERSONALSHOP c/o WWB Flughafenstr. 235 **Postfach** 4025 Basel

Gutes muss nicht teuer sein!

PLZ / Ort

Telefonnummer

e-m@il-Adresse (wenn vorhanden)

Achtung: Telefonnummer und Unterschrift nicht vergessen!

Einrichtung eines

Betreuungspools für die Fort- und Weiterbildungskommission

Sind Sie Hebamme und

- möchten Sie die Arbeit der FWBK unterstützen?
- möchten Sie bestimmte Fachbereiche betreuen?
- sind Sie bereit, auf Abruf Kurse zu hetreuen 2
- möchten Sie Einblick in die Arbeit der FWBK erhalten?

Dann wäre der Beitritt zum Betreuungspool für Kurse der FWBK in der deutschen Schweiz das Richtige für

Melden Sie sich doch bei Martina Apel, Tel. 041 240 42 81. Sie gibt Ihnen gerne weitere Auskünfte über Zeitaufwand und Entschädigung.

Fr, 27. / Sa, 28. Oktober

Glücklose Mutterschaft - der frühe Tod von Kindern

Persönliche Erfahrungen. Umgang mit Thema, Auswirkungen auf Fachleute, die Betroffene begleiten, Trauer/Trauerprozess, Erfahrungsbericht einer Mutter

Ort: Hebammenschule Luzern Zeit: 9.30-16.30 Uhr Referentin: Christiane Rautenberg, Hebamme und Erwachsenenbildnerin

Kosten: M Fr. 280.-, NM Fr. 370.-Anmeldeschluss: 27. September, Anzahl TN begrenzt Anmeldung/Auskunft*

Sa 28-di 29 octobre

► Toucher – douceur pour les tout-petits, partie 1

Autres dates de cours: 8, 9 et 10 décembre, partie 2 (suite) Lieu: Thonon ou Evian Horaire: 9 h 15-17 h Intervenante: Geneviève Soulié, psychothérapeute, gestaltiste, conseillère pédagogique Prix: M partie 1: Fr. 500.-. partie 2: Fr. 730.-, 1+2: Fr. 1100.-, NM partie 1: Fr. 650.-, partie 2: Fr. 900.-, 1+2: Fr. 1450.-Délai d'inscription: 25 septembre Inscription/Renseignements*

NOVEMBER/NOVEMBRE NOVEMBRE

Me 1er novembre

Réanimation du nouveau-né

Lieu: Aigle Horaire: 9 h 15-17 h Intervenant: Dr Bernard Borel. pédiatre

- * Anmeldungen: schriftlich an SHV
- * Infos: SHV, 031 332 63 40
- * Inscriptions: par écrit à la FSSF * Infos: FSSF, 031 332 63 40
- * Iscrizioni: per iscritto alla FSL * Informazioni: FSL, 031 332 63 40

Prix: M Fr. 150.-, NM Fr. 185.-Délai d'inscription: 25 octobre Inscription/Renseignements*

Fr, 3.-Sa, 4. November

Homöopathie, Teil 5

Der Säugling (Prophylaxen, Impfungen, Vit. D usw.) Arzneimittelvorstellung Ort: Bildungszentrum Matt, 6130 Schwarzenberg/Malters Zeit: Fr 14.15-Sa 13 Uhr Referent: Dr. med. F. Graf. prakt. homöopathischer Arzt und Geburtshelfer Kosten: M Fr. 305.-. NM Fr. 400.- (VP. DZ: HP Preisreduktion Fr. 13.-) Anmeldeschluss: 15. September Anmeldung/Auskunft*

Sa, 4.-So, 5. November

▶ Homöopathie, Teil 3

Die Erstreaktion, die Zweitreaktion, die 2. Verordnung, Arzneimittelvorstellungen Ort: Bildungszentrum Matt, 6130 Schwarzenberg/Malters Zeit: Sa 16.15-So 15.30 Uhr Referent: Dr. med. F. Graf, prakt. homöopathischer Arzt und Geburtshelfer Kosten: M Fr. 305.-. NM Fr. 400.- (VP, DZ; HP Preisreduktion Fr. 13.-) Anmeldeschluss: 15. September

An meldung/Auskunft*

Do, 9. November

Wickel während der Schwangerschaft, Geburt, Wochenbett und für Säuglinge eine einfache und wirkungsvolle Begleitung, Teil 1

Zum Beispiel mit Quark, Kartoffel, Ringelblumen Ort: Villa Stucki, Bern Zeit: 9.30-17 Uhr Referentin: Susanna Anderegg-Rhyner Kosten: M Fr. 175.-, NM Fr. 250.-, HA Fr. 125.-Anmeldeschluss: 22. September Anmeldung/Auskunft*

Mi, 8.-Do, 9. November

Homöopathie im Hebammenalltag

Häufige Mittel in der Geburtshilfe aus der Sicht der Hebamme

Ort: Hotel Rössli, Mogelsberg SG Zeit: Mi 13-Do 14 Uhr Referentin: Ingeborg Stadelmann, Hebamme Kosten: M Fr. 250.-. NM Fr. 330.-, HA Fr. 200.-, VP im Doppelzimmer: Fr. 120.-Anmeldeschluss: 20. September Anmeldung/Auskunft *

Mitglied/membre/membre NM: Nichtmitglied/non-membre/ non-membre

Hebammen in Ausbildung ESF: élève sage-femme

AL: allieva levatrice

- das Original seit 1972 -**DIDYMOS®** Erika Hoffmann

Das Babytragtuch. von Hebammen und Ärzten empfohlen

- in der speziellen Webart
- aus 100% Baumwolle, Wolle, Leinen oder Hanf
- waschbar bis 95 Grad
- schöne Farben, exclusive Muster
- in Längen bis 510 cm
- · Leihtücher auf Anfrage



Zum Binden auch als "Hüftsitz", "Känguruhtrage" und "Rucksack".

Kostenlose Prospekte, Beratung, Bestellung bei:

DIDYMOS®

c/o Claudia Amadori-Eugster Piazza Stazione 2 6600 Locarno Tel./Fax: **091 / 743 91 20** oder +49-7141/ 92 10 24 http://www.didymos.ch

wir liefern innerhalb 1-2 Tagen

Mitalied im Internationalen Verband der Naturtextilwirtschaft

Sonderkonditionen für Hebammen: stark ermäßigte Vorführtücher, Gruppenrabatt und ein kostenloses Video mit der ersten Gruppenbestellung

Do, 9.-Fr, 10. November

Schwangerschaftsvorsorge durch die Hebamme

Naturheilkundliche Tipps und Anwendungen

Ort: Hotel Rössli, Mogelsberg SG Zeit: Do 13-Fr 14 Uhr Referentin: Ingeborg Stadelmann, Hebamme Kosten: M Fr. 250.-, NM Fr. 330.-, HA Fr. 200.-, VP im Doppelzimmer: Fr. 120.-Anmeldeschluss: 20. September Anmeldung/Auskunft*

Ve 24-di 26 novembre

Postures de choix – choix de postures

Rôle de la sage-femme lors d'un accouchement eutocique

Lieu: Monthey Horaire: ve 14 h-di 17 h Intervenante: Gisèle Steffen, sage-femme

Prix: M Fr. 350.-, NM Fr. 425.-Délai d'inscription: 20 octobre Inscription/Renseignements*

Sa, 25. November

► CTG

Aussage, Kriterien, Interpretation, Fallbeispiele

Ort: Hebammenschule Luzern Zeit: 9.30-17 Uhr Referentin: Christiane Rauten-

NM Fr. 270.-Anmeldeschluss: 28. Oktober Anmeldung/Auskunft*

berg, Hebamme und Erwach-

Ma 28 novembre

Lieu: à définir

senenbildnerin

Kosten: M Fr. 180.-,

La suture du périnée en cas de déchirures et/ou d'épisiotomies

Horaire: 8 h 30-17 h Intervenante: Dr Franziska Prix: M Fr. 150.-, NM Fr. 200.-Délai d'inscription: 16 octobre Renseignements: Christiane Sutter, 021 944 52 10 Inscription*

DEZEMBER/DÉCEMBRE DICEMBRE

Fr, 1. Dezember

Anpassungsstörungen beim Neugeborenen, Pflege und Überwachung in der Isolette

Ort: Hebammenschule Luzern

Zeit: 9.30-17.30 Uhr Referentin: Elisabeth Schiess Brunner, Hebamme, Lehrerin für Hebammen Kurskosten: M Fr. 180.-, NM Fr. 240.-Anmeldeschluss: 2. November Anmeldungen/Auskunft*

Ausbildung in Zürich zur/zum

dipl. Atempädagogin/-pädagogen

In diesem fundierten 4-jährigen Lehrgang wird die Atempädagogik nach Prof. Ilse Middendorf jeweils am Montag (ganzer Tag) und Mittwoch (abends) ver-

Für Unterlagen wenden Sie sich bitte an: Institut für Atempädagogik Yvonne Zehnder Sekretariat K. Dörner Alpenstrasse 21, 8800 Thalwil

Name:

Vorname:

Adresse:

PLZ/Ort:

Sa, 2. Dezember

Schwangerschaftsbedingte Erkrankungen - Präeklampsie, HELLP, Blutungen, Gerinnungsstörungen

Ort: Hebammenschule Luzern Zeit: 9.30-17.00 Uhr Referent: Dr. med. Urs Affolter, Geburtshelfer und Gynäkologe, Kurskosten: M Fr. 180.-, NM Fr. 240.-

Anmeldefrist: 3. November Anmeldungen/Auskunft*

Ve 8-di 10 décembre

Toucher – douceur pour les tout-petits, partie 2

Lieu: Thonon ou Evian Horaire: 9 h 15-17 h Intervenante: Geneviève Soulié, psychothérapeute, gestaltiste, conseillère pédagogique Prix: voir 28 octobre Délai d'inscription: 1er novembre Inscription/Renseignements*

Sa, 9. Dezember

Qualität, Standards, Qualitätssicherung, Teil 2

Minimum 10 Teilnehmerinnen, keine Begrenzung nach oben Ort: Hebammenschule Luzern Zeit: 9.30-16.30 Uhr Referentin: Jeannette Höfliger, Hebamme und Pflegeexpertin Kosten: M Fr. 160.-, NM Fr. 220.-Anmeldeschluss: 9. November

Anmeldung/Auskunft*

JANUAR/JANVIER **GENNAIO**

Do, 11. Januar, 18. Januar, 25. Januar

Portiokappe und Diaphragma: zwei alte Verhütungsmittel, aufgepeppt durch neue **Standards**

Organisation: Sektion Zürich und Umgebung Ort: Frauenambulatorium, Frauenzentrum Zürich, Mattengasse 27

Zeit: jeweils 16.00-18.00 Uhr oder 18.30-20.30 Uhr (max. 6TN pro Kurs) Referentin: Susanne Böni, Theres Blöchlinger, Mitarbeiterinnen der Genossenschaft Frauenambulatorium Kurskosten: Fr. 600.-Anmeldeschluss: 11. Dezember Anmeldungen/Auskunft: Tel. 01 272 77 50 Fax 01 272 05 00

Je 18-ve 19 janvier,

sa 28 avril

Accouchement physiologique et prévention des prolapsus

Lieu: Genève (à confirmer) Horaire: 9 h-18 h Intervenante: Bernadette de Gasquet, médecin, enseignante de yoga Prix: M Fr. 750.-, NM Fr. 900.-Délai d'inscription: 10 décembre Inscription/Renseignements*

Ve 9 février

Réflexothérapie **lombaire**

Lieu: à définir Horaire: 9 h 15-17 h 30 Intervenante: Brigitte Deunf, sage-femme enseignante Prix: à définir Délai d'inscription: 5 janvier Inscription/Renseignements*

Je 1er mars

Le nouveau-né ictérique

Lieu: Aigle Horaire: 9 h 15-17 h 30 Intervenant: Dr Bernard Borel, pédiatre Prix: à définir Délai d'inscription: 25 janvier Inscription/Renseignements*

^{*} Anmeldungen: schriftlich an SHV

^{*} Infos: SHV, 031 332 63 40

^{*} Inscriptions: par écrit à la FSSF * Infos: FSSF, 031 332 63 40

^{*} Iscrizioni: per iscritto alla FSL * Informazioni: FSL, 031 332 63 40

feいt

3.forum für eros, sexualität und transzendenz

Samstag, 25. November 2000 in Zürich

Referate zu den Themen Sexualität und Spiritualität

Brigitte Dorst Weibliche Spiritualität – Die Suche nach Transzendenz heute, Ulli Olvedi Das Mandala der sexuellen Energie, Dorette Poland Im falschen Körper – Transsexuelle und ihre Gefühlswelt, Denise Marguerete Wyss Das Hohe Lied der Liebe: Eros und Transzendenz, Daniel Hildebrand Sinnlich-beseelte Musik auf der Blues Harp, Adolf Holl Das Shiva-Prinzip: Askese und Erotik als problematische Geschwister, Peter Aman Schröter Der ekstatische Mensch, Hugo Stamm Sexualität als Instrument der Indoktrination in Sekten

SkyDancing Institute Mühlegasse 33 CH-8001 Zürich Telefon +41 1 261 01 60 Fax +41 1 261 02 60 www.skydancing.ch

83137/00



Berufsverband Schweizerischer Stillberaterinnen IBCLC (BSS)
Association suisse des consultantes en lactation IBCLC (ASCL)
Associazione svizzera consulenti per l'allattamento IBCLC (ASCA)
Associaziun svizra da cussegliadras per mammas che tezzan IBCLC (ASCMT)

BSS Kongress 2000 / Congrès ASCL 2000 6./7. Oktober/octobre

6./7. Oktober/octobre Casino Luzern/Lucerne Haldenstr. 6, 6002 Luzern

Top aktuelle Themen / Thèmes actuels

Internationale Referentinnen und Referenten Intervenants internationaux

Plenar- und Parallelvorträge Conférences plénières et conférences à choix

> Simultanübersetzung traductions simultanées

Patronat: Schweizerische Gesellschaft für Pädiatrie Sous le parrainage de la: Société Suisse de Pédiatrie

Veranstalter: BSS Berufsverband Schweizerischer Stillberaterinnen IBCLC

Organisation: ASCL Association suisse des consultantes en lactation IBCLC

Vorprogramme und Anmeldung erhältlich ab März 2000 bei: Avant-programme et inscription dès mars 2000 auprès de: BSS / ASCL, Postfach 686, 3000 Bern 25 Tel. 041-671 01 73, Fax 041-671 01 71 E-Mail: Bss.Geschaeftsstelle@gmx.net Internet: www.stillen.ch



- reich an Eisen, mit Kalzium und Magnesium
- auf der Basis von Hagebuttenund Kräuterextrakten, mit Vitamin C



Ihr Vertrauenshaus seit 1910

Kräuterhaus Keller Herboristerie

Div. Phytothérapie de UB Interpharm SA 1227 Carouge-Genève Tel. 022 300 17 34 Fax 022 342 81 16





.. das ideale Mineralstoff-Präparat während Schwangerschaft und Stillzeit

	plus	Fü
rajet alkoholfrei		Bit
☐ Ihre vollständi	ge Dokumei	ntation

Für medizinisches Fachpersonal

Bitte senden Sie mir GRATIS:

☐ 1 Originalpackung 500 ml zum Kennenlernen

Name:

Strasse:

PLZ/Ort:

Beruf:

Commission du journal

Des Romandes, enfin!!

Lors de la dernière AD, vous (ou vos représentantes!) les avez élues à la commission de rédaction. Actives depuis le mois d'octobre pour Marie-Noëlle et janvier pour Christine, elles ont déjà su apporter leur propre griffe à votre journal. Toutes deux cultivent la politique de l'ouverture... n'hésitez donc pas à les contacter si vous avez des idées, des suggestions, des remarques ou écrivez-nous à l'adresse du journal. La commission de rédaction se compose désormais des deux rédactrices (une Alémanique, une Romande), de quatre membres alémaniques et de deux Romandes. Mais nous accueillerions encore volontiers une Romande pour étoffer et diversifier nos échanges (voir appel ci-contre).

Christine Peitreguin

Voici déjà quelques mois que je participe à l'activité du comité de rédaction du journal et votre soutien me permet maintenant d'en faire vraiment partie. Merci!

Voici en bref mon parcours: en 1989, j'obtiens mon diplôme d'infirmière en soins généraux de l'Ecole de Chantepierre à Lausanne puis en 1996 celui de sage-femme dans cette même école. J'ai ensuite travaillé deux ans à la maternité de l'Hôpital de St-Loup-Orbe à Pompaples puis à l'Hôpital cantonal de Genève pendant un an et demi.

La vie m'ayant entraînée aux frontières de la Suisse romande, je travaille actuellement au Centre hospitalier de Bienne en service de post-partum.

Celles qui me connaissent savent que j'aime défendre ma profession, mes idées, et c'est cet aspect-là qui m'a particulièrement attirée au sein du comité de rédaction. J'y trouve également la possibilité d'étendre mes connaissances à travers la création des articles et les contacts avec les autres membres de la commission.

Ce que je souhaiterais pour le journal de la sage-femme suisse? Qu'il soit davantage utilisé



comme outil de communication entre professionnelles. Que les sages-femmes écrivent pour témoigner,

poser des questions, donner leur avis, etc., bref, qu'il soit un vrai lien entre nous.

Marie-Noëlle Pierrel

Elue depuis peu au comité de rédaction du journal, on m'a demandé de me présenter, alors voilà.

Je viens d'un pays que vous connaissez bien: la France. J'ai passé une bonne partie de mon début de vie dans les Vosges. Une région que j'aime et où je retourne régulièrement pour y retrouver ma famille. Déjà à l'école d'infirmière, je désirais découvrir et vivre dans une autre région, mon goût pour la montagne m'appelait. Le hasard de la vie m'a amenée en Suisse. Je venais pour une année, «pour voir»! Et voilà, cela fait treize ans que j'y suis. Arriver un 1er août me prédestina peutêtre à ce que je reste!

J'ai travaillé quatre ans à l'Hôpital cantonal de Genève, puis je suis partie à Villeneuve, plus précisément à Rive-Neuve, un centre de soins palliatifs. Auparavant, l'intérêt pour la profession de sagefemme m'avait déjà effleuré l'esprit.

Quatre ans d'expérience de vie dans ce centre m'ont amenée à différentes réflexions essentielles. Côtoyer la mort, la séparation au quotidien, où les nondits, les histoires profondes lointaines refont parfois surface, m'ont montré l'importance de



l'histoire de vie de chacun dès la naissance. Ce passage, comme la mort d'ailleurs, me paraissait essentiel. L'émotion particulière provoquée par la naissance m'attirait de plus en plus. C'est ainsi que j'ai décidé de faire l'école de sage-femme en 1995. Voici donc quatre ans que je suis sage-femme et depuis lors à la maternité d'Yverdon-les-Bains.

Participer à la commission de rédaction renforce mon engagement de sage-femme, mes actions auprès des sages-femmes en faveur des femmes et bien sûr des couples. La recherche et la réflexion sur les différents thèmes sont autant de motivations pour se positionner et garder un esprit critique.

J'aimerais que d'autres sages-femmes s'intéressent à la commission et je lance un appel pour un courrier des lecteurs afin de favoriser l'échange! Alors mesdames (et messieurs!) à vos crayons!

Campagne d'information nationale

Offensive acide folique

Selon le «Quatrième rapport suisse sur la nutrition 1998» l'apport en acide folique n'est pas optimal pour une grande partie de la population suisse, ce qui peut avoir des conséquences fâcheuses au niveau de la santé. La. consommation d'acide lique atteint à peine 85% des apports recommandés, qui se situent à 300 microgrammes (= 0,3 mg) d'acide folique total par jour. Chez de nombreuses femmes, en particulier les jeunes femmes, l'apport est même largement inférieur.

On sait aujourd'hui que l'acide folique a les effets sui-

- \bullet L'acide folique contrôle le taux sanguin d'homocys-
- L'acide folique est indispensable à la formation des cellules sanguines
- Mais surtout l'acide folique est indispensable au développement normal du tube neural du fœtus.

Le meilleur moyen pour consommer suffisamment d'acide folique est évidemment de veiller à une alimentation équilibrée. Une élévation de la teneur en acide folique de certains aliments en utilisant des ingrédients naturels riches en acide folique et/ou de l'acide folique supplémentaire permet d'améliorer le niveau d'approvisionnement en acide folique. La campagne «Offensive Acide Folique» a pour objectif

de combler le déficit dans l'approvisionnement en acide folique, grâce à la collaboration des principaux fabricants de produits alimentaires, des commercants et de spécialistes. C'est ainsi que nous verrons apparaître, au cours des

prochaines années, de nombreux produits enrichis en acide folique naturel, provenant en particulier de germes de blé pressés à froid. Des formes combinées, associant de l'acide folique naturel et synthétique sont également pris en considération.

site www.folsaeure.ch



Reich an

Folsäure

Riches en

Ricchi di

acido folico

présente, en français et de manière très professionnelle, les buts de la campagne, ainsi que tous les produits riches en acide folique proposés par les partenaires de l'offensive (Migros, Balisto, etc.). Une source d'information très utile.

Semaine mondiale de l'allaitement maternel, octobre 2000:

L'allaitement maternel – un droit fondamental

Chaque année, l'Alliance Mondiale pour l'Allaitement Maternel (WABA - World Alliance for Breastfeeding) lance la Semaine mondiale de l'allaitement maternel qui met en évidence un thème particulier pour la protection, le soutien et la promotion de l'allaitement maternel. En Europe et au Canada, la semaine a lieu durant la 40e semaine de l'an, donc cette année du 2 au 8 octobre 2000. Le thème est «L'allaitement maternel-un droit fondamental». Il s'agit de rendre attentif aux bases humanitaires ainsi que formelles et légales qui existent, au niveau international et national, pour la protection, le soutien et la promotion de l'allaitement maternel. Ainsi, l'objectif majeur de la SMAM 2000 peut être atteint, à savoir que l'allaitement maternel soit considéré, tant par les gouvernements que par le grand public, comme un droit fondamental à la fois pour la mère et pour l'enfant.

La Semaine mondiale de l'allaitement maternel peut servir plusieurs objectifs. En général, la semaine crée un événement. Il est donc plus facile qu'à d'autres périodes de l'année d'inciter les médias à informer le public sur les avantages de l'allaitement maternel

et plus précisément sur le sujet particulier choisi pour l'année.

Quelques possibilités d'action

Les hôpitaux favorables à l'allaitement maternel - et ceux qui se préparent à une évaluation de leurs services de maternité, les groupes LLL et GAAM ainsi que les centres médico-sociaux qui s'occupent de prévention et de soins aux nourrissons, devraient si possible collaborer sur le plan local, afin de présenter leurs services et célébrer la semaine en organisant ensemble des journées de portes ouvertes, conseils gratuits, conférences, etc. Afin de soutenir une «culture de l'allaitement» il v a lieu de ne pas oublier les mères qui allaitent. Pensez à inviter les mères de nourrissons à de petites fêtes pour les féliciter, les encourager et pour leur donner l'occasion de rencontrer d'au-



tres mères ainsi que des professionnel-le-s qui peuvent leur donner des conseils, surtout sur des sujets de l'allaitement maternel qui les concernent directement.

Charité bien ordonnée...

Mais surtout, les hôpitaux, cliniques, institutions, CMS qui participent à la Semaine devraient installer cette année, en accord et avec le soutien du département du personnel de leur propre établissement, un lieu où les employées qui allaitent trouvent un endroit agréable pour tirer leur lait, un tire-lait électrique et un frigo. Il va de soi que la section ou le groupe qui assume l'organisation doit pouvoir informer correctement les mères comment tirer le lait, etc. Ceci est très important, car il faut pouvoir assurer aux employeurs et aux directeurs du personnel que les pauses pour l'allaitement ne durent pas des heures, mais que les mères qui ont reçu des conseils de professionnelles sont capables de tirer le lait efficacement dans un laps de temps qui ne dépassera pas la demi-heure.

Pour de plus amples renseignements, contacter Andrée Lappé, coordinatrice du groupement suisse de l'UNICEF pour la promotion de l'allaitement maternel, Prés-du-Lac 1, 1400 Yverdon-les-Bains, tél. 024 446 18 00.

Débat au Conseil des Etats sur le régime du délai

Ecrivez... c'est efficace!

Au cours de la dernière session parlementaire d'été, le Conseil des Etats aurait dû se prononcer sur le régime du délai (autorisation de l'interruption de grossesse dans un délai de 14 semaines après les dernières règles). Le Conseil national l'avait accepté, en 1998 déjà, par 98 voix contre 73. Mais le Conseil des Etats en a décidé autrement et a renvoyé, par 25 voix contre 18, le projet à sa commission. En automne, les débats parlementaires reprendront et porteront alors à la fois sur l'initiative réactionnaire «pour la mère et l'enfant» (qui veut définitivement empêcher tout avortement, même en cas de viol) et le régime du délai.

Le groupe de travail «Interruption de grossesse», auquel appartiennent différentes organisations féminines, s'est déjà engagé, à l'occasion du débat de l'été, pour la libéralisation de l'interruption de grossesse. Il constate par ailleurs que la presse fleurit de lettres de lecteurs et lectrices adversaires

de la libéralisation, mais que par contre on voit paraître peu de lettres en sa faveur. Le groupe de travail lance donc un appel pour encourager chacun et chacune à écrire de telles lettres en faveur du régime du délai. Il propose volontiers son aide pour rédiger ces missives et fournit les adresses des quotidiens susceptibles de les publier. Pour les prochains débats au parlement, ce type de manifestation de l'opinion publique est important, et, l'expérience l'a prouvé, efficace. Alors, à vos plumes...

Pour tout renseignement, s'adresser au: Groupe de travail «Interruption de grossesse», Bollwerk 39, 3011 Berne, fax 031 311 38 79.

Passionnée? Curieuse?

La commission du journal a besoin de vous!

Si vous

- êtes passionnée par votre métier
- aimez le travail en équipe
- êtes curieuse de tout
- êtes disponible pour 5 à 6 séances par an (l'après-midi à Berne).

Alors vous êtes celle que nous recherchons pour compléter notre équipe! Le travail consiste à participer à l'élaboration du contenu de notre revue (choix des thèmes, lecture et choix des articles, recherche d'auteurs, etc.), dans la limite de vos disponibilités. Participez à une de nos séances sans engagement, pour voir comment ça marche!

Renseignements auprès de Fabiène Gogniat Loos, rédactrice, au tél. 024 420 25 22 (le matin) ou auprès des membres romandes de la commission: Marie-Noëlle Pierrel, tél. 024 434 11 72 et Christine Peitrequin, tél. 032 341 25 05. Nous attendons votre appel avec impatience!

Maternité de Moudon

Désolé, on n'accouche plus!

Cette fois, c'est sûr, dès le 1er octobre, plus aucun bébé ne verra le jour à la maternité de Moudon. Les naissances seront en effet prises en charge à Payerne, selon un accord conclu entre l'hôpital du district de Moudon et l'Hôpital intercantonal de la Broye. Concrètement néanmoins, les parturientes continueront à être suivies en prénatal à Moudon, à y suivre les cours de préparation à la naissance, etc., mais les accouchements proprement dits se feront à Payerne...

Une telle décision est peutêtre encore sujette à caution, dans la perspective du résultat de la votation de septembre, qui doit voir passer devant le peuple l'initiative dite «pour des hôpitaux de proximité».

Source: «24 heures» du 5.7.2000 et rédaction.