

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. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 15.03.2025

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 andererseits 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 bringt!

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.

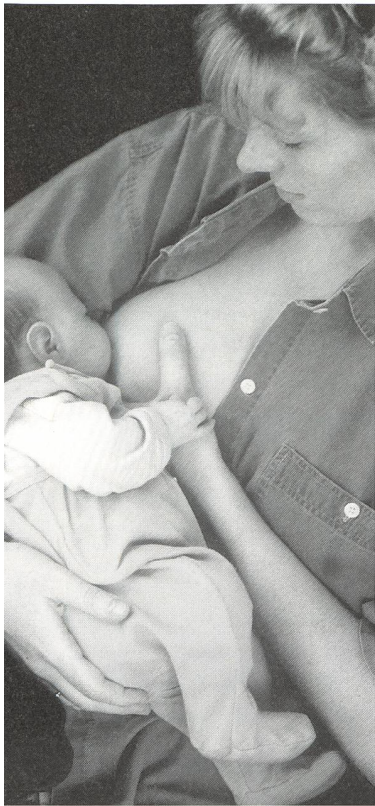
«focus» erscheint 4-mal jährlich auf Deutsch und Französisch, ab Mitte Jahr auf dem Internet abrufbar. Abonnemente sind im ersten Jahr gratis. Zu bestellen bei:

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 in 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 der 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.

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, Lebenserwartung, Zeitabstand zwischen den Geburten u.a. Die Broschüre ist ausschliesslich für medizinisches Fachpersonal bestimmt.

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

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, Tel. 01 942 23 20.

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

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.



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 zwi-

schen 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 dar. 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 Aromatherapie-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 «Schwangerschaftsheilmittel» 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 kriegt ein Baby

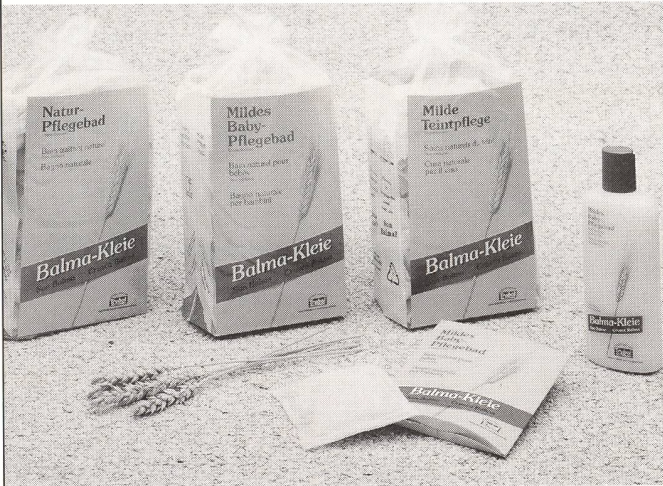
Lulla fait un baby

www.gondoletta.ch



Q-Things GmbH, Hessesstrasse 27d, 3097 Bern-Liebelfeld, 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

hessnatur

Geborgenheit

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 0 62/9 16 20 20

AQUA BIRTH 
POOLS GMBH

Krähenbühl 6
5642 Mühlau
Tel: 056-670 25 15
Fax: 056-670 25 16

Die neue kleine
vielseitige
Gebärwanne

Mobil oder zum
Feststeinbau im Spital

Verlangen Sie unsere
Broschüre und Preisliste

Wir vermieten auch
tragbare Gebärbecken
für Hausgeburten

Aquarius



Gottlob Kurtz 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

Ihrem
Baby zuliebe...

BABY LIFE®

die
wachsende
Windel!

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

Sie brauchen nur eine Grösse für die ganze Wickelperiode. Nach der viereckigen Stoffwindel ist es die preiswerteste Wickelmethode. Die Höschenwindel Baby Life eignet sich auch zum Breitwickeln. Sie ist so einfach anzuwenden wie die Wegwerfwindel.

Erhältlich im
Babyfachhandel,
Drogerien, Apothe-
ken und Ökoläden.

Infos: Lifetex AG
Muttenerstrasse 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**

Flurstrasse 26, 3000 Bern 22
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-Vallais:

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 Aire
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

**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, Gynäkologie

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:

Rhinsperger-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

BERN031 849 10 31
031 767 97 00**Neumitglieder:**

Brunner Franziska, Laupen,
1999, Luzern.

Ganion Anne, Bienne, 1989,
Strasbourg F.
Scala Jennifer, Schüpfen, 2000,
Bern.

Fortbildung Frauenklinik

14. September,
16.00 – 18.00 Uhr
Chirurgische Erkrankungen in
der Schwangerschaft.
Fallvorstellungen und Diskus-
sion.

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.

OSTSCHWEIZ081 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
salarie:

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
Fax: 01 362 46 01
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 Blöchliger, 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

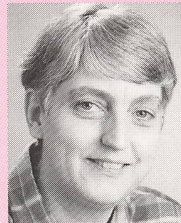


**Section Vaud-Neuchâtel
Vice-présidente**

Andrea Ruffieux-Augsburg, 1968
Ch. Champ Pallet 4
1801 Le Mont-Pèlerin
Téléphone P: 021 923 72 46
Fax: 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,
Vevey

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



Sektion Fribourg

Marie-Claude Monney Hunkeler, 1953
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
im Gesundheitswesen
Sage-femme indépendante/Consultante
en santé publique

Ressort Qualität
Ressort qualité



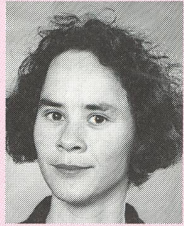
Sektion Beide Basel

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 Geburts-
haus 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-parto»
«Bauchtanz für Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett»
con/mit Sybilla Spiess
Luogo/Ort: Locarnese
Informazioni/Auskunft:
Cinzia Biella-Zaninelli,
091 840 91 15

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, Gloriosastr. 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.

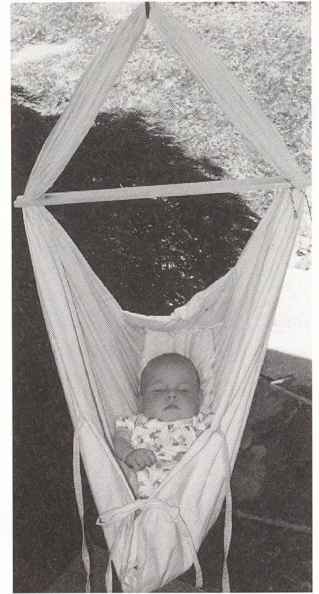
Die Matratze ist mit weicher Schafswolle gefüllt; die Stahlfeder eignet sich für Neugeborene bis zu Kindern mit 20 kg Gewicht. Sehr einfach und sicher ist die Montage mit der mitgelieferten Aufhängevorrichtung. 100% Swiss made.

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

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

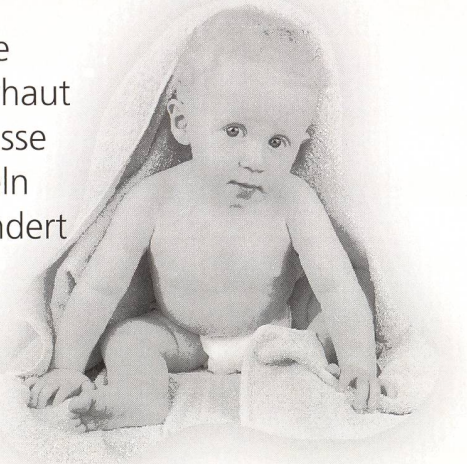
ERISANA

Edith Steinegger
Kappelmatt 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 führen.



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



Dr. Wild & Co. AG Basel

Gratis OXYPLASTIN®-Muster für die Mütterberatungsstellen

Bitte einsenden an: Dr. Wild & Co. AG, Postfach 4644, 4002 Basel

Name: _____ Vorname: _____

Beruf: _____

Mütterberatungsstelle: _____

Strasse: _____

PLZ/Ort: _____

FACHSCHULE
FRAU UND GESUNDHEIT
FFG

Fachausbildung Kursleitung mit integrierter Körperarbeit
(mit anerkanntem SVEB-Zertifikat)

Sie erwerben Kursleitungs Kompetenzen 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 Spezifische Körperübungen für die Wechseljahre
7 Tage November/Dezember 2000, je Montag

Seminar C Sozialwissenschaftliches Grundwissen
6 Tage Psychische und soziale Aspekte der Wechseljahre
Februar/März 2001, je Montag
Die Seminare können einzeln besucht werden.

Zielgruppen
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 Diplombeschlüsse 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 Körpereinsatz (EAGT-anerkannt)

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

Energetisch Statische Behandlung
AKUPUNKTUR MASSAGE®

Immer mehr Therapeuten/Innen erkennen die Vorteile der Energetisch-Statistischen-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 *

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

HA: Hebammen in Ausbildung

ESF: élève sage-femme

AL: 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

► Damnaht 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 Beckenboden-

training im Früh-

und Spätwochenbett

Ort: Bildungs- und Tagungs-

zentrum, 8708 Boldern

Zeit: Mo 10-Di 16.30 Uhr

Referentinnen: S. Friese-Berg,

Hebamme; A. Hope, Physio-

therapeutin

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 Tagungs-

zentrum, 8708 Boldern

Zeit: Mi 10-Do 16.30 Uhr

Referentinnen: S. Friese-Berg,

Hebamme; A. Hope, Physio-

therapeutin

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 oben

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

SCHRIBER

Bewegungs-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:

Fr. 250.-

Anmeldung:

bis 25. November 2000 an die Kursleiterin

Kursleitung:

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

Bewegen Erleben Geniessen

Bis 60% Preisvorteil für Schweizer Hebamme Leser

PERSONALSHOP

4-Saison Daunen Duvet

Original 90% 1a neue,
reinweisse Gänsedaunen

TOP-QUALITÄT

5
Jahre
Garantie



200 x 210 cm
statt Fr. 745.-
Personalrabatt

-56%

160 x 210 cm: Art.-Nr. 152
200 x 210 cm: Art.-Nr. 153

Produkt-Info

Primflex Queens 4-Saison Gänsedaunen-Duvet

Fassung:

100 % daunendichte Baumwolle
Cambric Extra

Füllung: 90 % 1a neue, reinweisse
Gänsedaunen

Ausführung: Karo/Kassetten ge-
stept. 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

PERSONALPREIS

328,-
Art.-Nr. 153

primflex®
Queens

Die hervorragende Qualität
dieses Daunen-Duvets ga-
rantiert Ihnen eine optimale
Wärmeverteilung. Gefüllt
mit Original 90 % 1a neu-
en, reinweissen Gänsedaun-
en von höchster Qualität.

160 x 210 cm
statt Fr. 625.-
Personalrabatt

-55%

PERSONALPREIS

278,-
Art.-Nr. 152

**Nur echt
mit aufgesticktem
Queens-Schriftzug**



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 **550g/700g**,
bei der dünneren Decke
450g/575g. Beide Decken
können im Handumdrehen
aneinander geknüpft 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 zu wenig 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!

Wir sind 24 Stunden persönlich für Sie da!



0848 80 77 60

LateX - Die natü

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) herzustellen. 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 keine Bakterienkulturen.
- Latex hat keine ausdünstenden Fluchtstoffe.
- 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

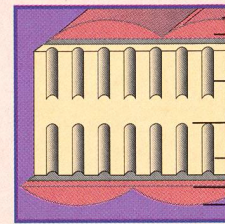
90 x 190 cm: Art.Nr. EX19

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 Stifflatex-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% Baumwolle)
Polyesterfaser
Belüftungskanäle
Schweizer Stifflatex-Kern
Belüftungskanäle
Polyesterfaser
Spezialgewebe-Bezug (65% Polyester, 35% Baumwolle)



Stifflatex



Polyesterfaser



Rahmen geeignet



90°

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 Stifflatex abgedeckt und beidseitig mit Schafswolle 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)



Taschenfederkern
flexibel und atmungsaktiv

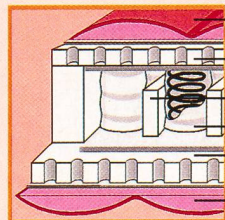
90 x 190 cm: Art.Nr. FP19

90 x 200 cm: Art.Nr. FP20

Liegequalität: mittelfest

Produkt-Info:

- Hochwertiger Drellbezug: Cottosan®-Spezial-Gewebe mit Schafschurwolle (IWS) versteppt
- Schweizer Stifflatex
- 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
Stifflatex
Dämpfungstreifen
Taschenfederkern
Stifflatex
Cottosan® mit Schafschurwolle (IWS) (300g/m²) versteppt



Taschenfederkern



Stifflatex



IWS-Schafschurwolle eingestept



Einnadelsteppung



Lattenrostgeeignet



statt Fr. 1250.-

Personalrabatt
PERSONALPREIS

690,-

Art.-Nr. FP 19
Art.-Nr. FP 20

Gratis Hauslieferung!
Sie sparen weitere 15%!

liche Ruhe

statt Fr. 950.-
-41%
 Personalrabatt
PERSONALPREIS
560,-
 Art.-Nr. EX 19
 Art.-Nr. EX 20

5
 Jahre
 Garantie

Gratis Hauslieferung!
 Sie sparen weitere 15%!



Überzug
 waschbar bis 90°



Abnehmbarer Überzug

Ideal bei Allergien

Alle verwendeten Materialien sind von höchster Qualität. Drei unterschiedliche Härtezonen garantieren optimalen Schlafkomfort. Der hochwertige Schweizer Stifflatex bietet ein optimales Schlafklima durch viele Luftkanäle, die den Luftaustausch von beiden Seiten erlauben.

Die Drei-Zonen-Exclusiv Matratze hat eine sehr lange Lebensdauer und gute körperunterstützende Eigenschaften für kleine, leichte wie für grosse, schwere Personen.



COTTO SAN[®]
 von SaniCott

- verhindert dauerhaft die Ansiedlung von Milben und Schimmelpilzen
- schützt bei Hausstaub-Allergie
- zertifiziert nach Ökotex 100
- Milben Test Nr. PA/060/97

5
 Jahre
 Garantie

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 Spannungskopfschmerzen sein. Wird der Nacken nicht richtig gestützt, so kann die Muskulatur im Schlaf überdehnt und belastet werden, was zu Schmerzen und Steifheit führt.

2 Rückenschmerzen

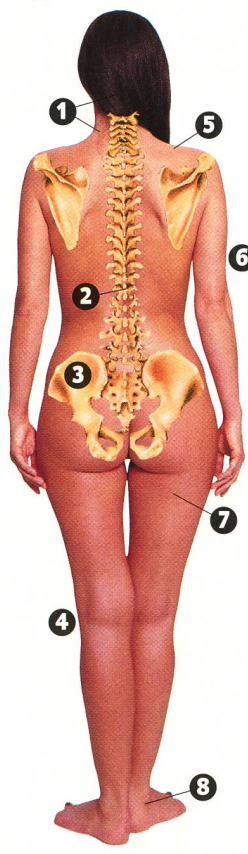
Rückenschmerzen gehören zu den häufigsten Gesundheitsproblemen überhaupt. Oft verschlimmern sich Schmerz und Steifheit nachts, insbesondere, wenn die Matratze die Wirbelsäule in eine unnatürliche Lage zwingt.

3 Schmerzen in den Hüftgelenken

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

4 Knieschmerzen

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.

7 Ischias

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 Liegezone 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 mühevolleres, 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.



primflex® Swing Air

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 angeordnet 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. Ärztlich empfohlen.

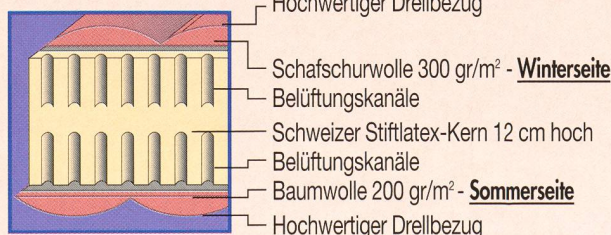
Atmungsaktiv
durch Millionen mikrofeiner Luftkammern

Liegequalität: mittelfest

90 x 190 cm: Art.Nr. **SW19**
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 Schafschurwolle (WICHTIG: von lebenden Schafen geschoren) **als Winterseite**
- 2 Belüftungskanäle
- Schweizer Stiftlatex-Kern, 12 cm hoch
- Naturfaserauflage aus Baumwolle (feinste Qualität) **als Sommerseite**
- **bestens geeignet** für Lattenrost Primflex Bono und Star



Stiftlatex

Schafwolle

Baumwolle

Rahmen geeignet

Sommer/Winterseite

Naturlatexkern

5
Jahre
Garantie

statt Fr. 795.- **-44%**

Personalrabatt
PERSONALPREIS

448,-

Art.-Nr. SW 19
Art.-Nr. SW 20

Gratis Hauslieferung!
Sie sparen weitere 15%!



COTTOSAN®
von SaniCott

- verhindert dauerhaft die Ansiedlung von Milben und Schimmelpilzen
- schützt bei Hausstaub-Allergie
- zertifiziert nach Ökotex 100
- Milben Test Nr. PA/060/97

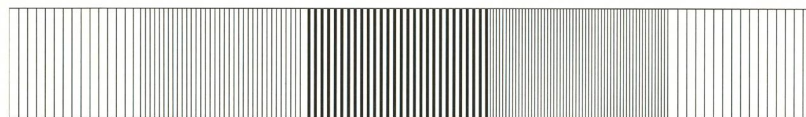
5
Jahre
Garantie

statt Fr. 990,- **-40%**
Personalrabatt
PERSONALPREIS
595,-
Art.-Nr. CS 19
Art.-Nr. CS 20

Gratis Hauslieferung!
Sie sparen weitere 15%!

90 x 190 cm: Art.Nr. CS19
90 x 200 cm: Art.Nr. CS20

5-Zonen-Latex-Matratze



Liegequalität: mittelfest

Cottosan® mit Schafschurwolle (IWS) (300g/m²) versteppt = **Winterseite**
Belüftungskanäle
Schweizer-Mehrzonens-Stiftlatexkern 13 cm
Cottosan® mit Baumwolle (200 g/m²) versteppt = **Sommerseite**

Produkt-Info:

- Cottosan®-Spezial-Gewebe
- 1 Seite mit Schafschurwolle (IWS) versteppt = **Winterseite**
- 1 Seite mit Baumwolle versteppt = **Sommerseite**
- allergiefrei
- staub- und bakterienfrei
- geräuschlos und pflegeleicht
- besonders geeignet für Lattenrost

Primflex «Bono» und «Star»

Stiftlatex

Schafschur-
wolle (IWS)

Baumwolle

Lattenrost
geeignet

Sommer/
Winterseite

Natur-
latexkern

COTTOSAN® – der anti-allergene Matratzenstoff
von SaniCott

Sie schlafen spürbar besser



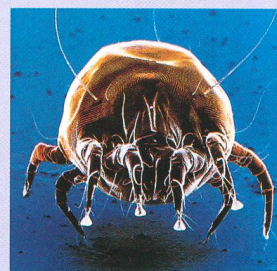
Die Matratze ist der weichmachende Teil des Bettes. Für dieses weiche Liegegefühl verwenden Sie am besten Stiftlatex-Matratzen. Der Schweizer-Stiftlatex ist durch seine Millionen mikrofeiner Luftkammern optimal atmungsaktiv. Diese wichtige Luft-Zirkulation und der angenehme Liegekomfort machen Ihren 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-Kulturen
- 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

Allergien – die Geißel unserer Generation

Die Hausstaub-Allergie gehört zu den am weitest verbreiteten Erkrankungen unserer Zeit:



- bis zu 25% aller Allergien werden von Hausstaubmilben verursacht
- 50% aller Asthma-Erkrankungen sind auf Hausstaubmilben zurückzuführen

Im feucht-warmen Bett-Klima (ca. 20°–30° und 65–80% Luftfeuchtigkeit) finden Hausstaubmilben und Schimmelpilze normalerweise ideale Lebensbedingungen vor. Diese werden durch den speziellen Cottosan®-Stoff entzogen.

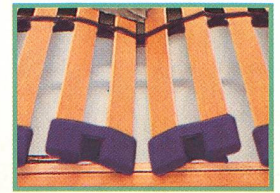
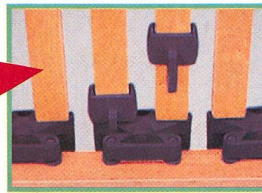
primflex®
Schlafsysteme

Rückgrat für gesunden Schlaf

Primflex®

Maxiflex K+F MZV-S

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



Patentierter Härteverstellung/ 2-Punkt Lagerung

Hochelastische Lagerung bis Aussenkante Rahmen

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

Neuartige Lagerung mit hochelastischer Federung, die Flexibilität bis zur Aussenkante des Buche-Schichtholzrahmens ermöglicht

30 Federholzleisten, mehrfach verleimt, beweglich in Kautschuk-
kappen mit starker Unterfederung gelagert

Fussteil stufenlos verstellbar

Hohe Körper-Anpassungsfähigkeit und Stabilität durch Mittelband

Individuelle Schulteranpassung durch weichere Lagerung und ausgefräste Federleisten

Kopfteil stufenlos verstellbar



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

Stabile Schutzkappe an den Kanten

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

Patentierter Härteverstellung mit Blockierung der Federung

Patentierter Mittelzonen-verstärkung

statt Fr. 745.-

Personalrabatt
PERSONALPREIS

498,-

Art.-Nr. ER 319
Art.-Nr. ER 320

Gratis Hauslieferung!
Sie sparen weitere 15%!

VON ÄRZTEN UND ORTHOPÄDEN EMPFOHLEN

Primflex®

Bono K+F MZ (Ohne Abbildung)

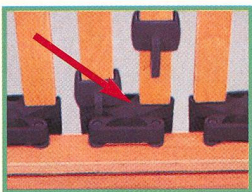
Betteinlegerahmen mit Kopfteil-, Fussteil- und Mittelzonenverstellung

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

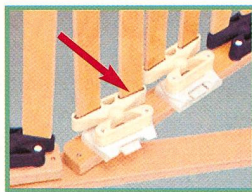
statt Fr. 450.-

Personalrabatt
PERSONALPREIS

298,-



Patentierter Härteverstellung, 2 Punkt Lagerung



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 Kautschuk-
kappen mit starker Unterfederung gelagert

statt Fr. 650.-

Personalrabatt
PERSONALPREIS

398,-

Art.-Nr. ER 219
Art.-Nr. ER 220

Gratis Hauslieferung!
Sie sparen weitere 15%!

Primflex®

Star K+F MZ-S

**Betteinlegerahmen mit Kopfteil-, Fuss-
teil-, Mittelzonen-Härteverstellung und
Schulterabsenkung**

Kopfteil stufenlos verstellbar

Schulterabsenkung

Patentierter Härteverstellung mit Blockierung der Federung



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



Stabile Schutzkappen an den Kanten

Stabiler Schichtholz-Rahmen - Höhe 5,5 cm

Bewegliche Kappen aus langlebigem und sehr widerstandsfähigem Naturkautschuk

Fussverstellung durchgehend bis zum Kopfteil. Fussteil stufenlos verstellbar

Hohe Körper-Anpassungsfähigkeit durch dehnbare Mittelband



230x85x50 cm
statt Fr. 155.-
Personalrabatt **-55%**
PERSONALPREIS
69,-
Art.-Nr. 120

1
Jahr
Garantie

Länge: 230 cm
Extremtemperatur bis **-3° C**

Partner-Set
2 Schlafsäcke, koppelbar

230x170x100cm
statt Fr. 310.-
Personalrabatt **-61%**

PERSONALPREIS
119,-
Art.-Nr. 120 D **2 Stück**

Mumien-Schlafsack „Greentree Ascona“ (ca. 1,5 Kg)

Dieser Schlafsack wird Sie begeistern

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.

Daunenkissen

Primflex QUEENS
Daunen Gesundheitskissen

Schlafen Sie sanft und kuschelnd. Das Primflex Queens Kissen ist gefüllt mit kuschelnden reinen Gänsedaunenfederchen. Die Biese ist doppelt gesteppt. Das gibt mehr Halt und verstärkt die Wirkung der Daunen im Kopfbereich. Sie spüren es bereits nach einer Nacht: kuschelweich und anschmiegsam!

65 x 65 cm
statt Fr. 79.-
Personalrabatt **-38%**
PERSONALPREIS
49,-
Art.-Nr. 154

65 x 65 cm
65 x 100 cm

65 x 100 cm
statt Fr. 89.-
Personalrabatt **-34%**
PERSONALPREIS
59,-
Art.-Nr. 155



Produkt-Info

Primflex Queens Daunen Gesundheitskissen

Fassung: 100% daunendichte Baumwolle Cambric Extra

Füllung: 100% neue reine Gänsedaunenfederchen

Ausführung: Baumwolle-Einfaßband.

Biese doppelt abgesteppt

Art.-Nr.154 (65x65 cm):

1000 g Fr. 49.-

Art.-Nr.155 (65x100 cm):

1400 g Fr. 59.-

5
Jahre
Garantie

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

Fixleintücher zu Bestpreisen

Fein-Frottee

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

Für Matratzengrößen von
90/100 x 190/200 cm

weissArt.Nr. TA11
rosaArt.Nr. TA14
gelbArt.Nr. TA15
goldgelb ...Art.Nr. TA13
hellblau ...Art.Nr. TA12

statt ~~52.-~~
22.-

Für Matratzengrößen von
140/160 x 190/200 cm

weissArt.Nr. TA26
rosaArt.Nr. TA29
gelbArt.Nr. TA30
goldgelb ...Art.Nr. TA28
hellblau ...Art.Nr. TA27

statt ~~68.-~~
26.-

Für Matratzengrößen von
180/200 x 190/200 cm

weissArt.Nr. TA16
rosaArt.Nr. TA19
gelbArt.Nr. TA20
goldgelb ...Art.Nr. TA18
hellblau ...Art.Nr. TA17

statt ~~72.-~~
33.-

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.



Personalrabatt **-60%**
PERSONALPREIS
22,-
ab
Art.-Nr. siehe Tabellen

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, temperaturausgleichend 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

weissArt.Nr. TA01
rosaArt.Nr. TA04
gelbArt.Nr. TA05
goldgelb ...Art.Nr. TA03
hellblau ...Art.Nr. TA02

statt ~~52.-~~
24.-

Für Matratzengrößen von
140/160 x 190/200 cm

weissArt.Nr. TA21
rosaArt.Nr. TA24
gelbArt.Nr. TA25
goldgelb ...Art.Nr. TA23
hellblau ...Art.Nr. TA22

statt ~~62.-~~
29.-

Für Matratzengrößen von
180/200 x 190/200 cm

weissArt.Nr. TA06
rosaArt.Nr. TA09
gelbArt.Nr. TA10
goldgelb ...Art.Nr. TA08
hellblau ...Art.Nr. TA07

statt ~~82.-~~
39.-

Kuschelweiche Frottee-Qualität!

6 Handtücher
50 x 100 cm



3 Duschtücher
70 x 130 cm



9-teiliges Spar-Set, so günstig wie noch nie

statt Fr. 130.-
Personalrabatt **-40%**
PERSONALPREIS

78,-
Art.-Nr. siehe Text unten rechts

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

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

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

Herrliches Daunen Duvet

Original 90% 1a neue,
reinweisse Gänsedaunen

primflex
QUEENS

TOP-QUALITÄT

primflex
Schlafsysteme

5
Jahre
Garantie

Produkt-Info

Primflex Queens Daunen-Duvet

Fassung:

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



Nur echt mit aufgesticktem
Queens-Schriftzug

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

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

200 x 210 cm
statt Fr. 595.-
Personalrabatt

PERSONALPREIS

248,-

Art.-Nr. 163

-58%

160 x 210 cm
statt Fr. 450.-
Personalrabatt

PERSONALPREIS

198,-

Art.-Nr. 162

-56%

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

Feinste Bettwäsche zu Traumpreisen

CORA

FOUR SEASONS

PERSONALPREIS

ab **98,-**

Art.-Nr. siehe unten

SATIN

Garnitur «CORA»

Art.Nr. **BWC 09:** ~~98,-~~ **98,-**
1 x 160x210 und 1x 65x100

Art.Nr. **BWC 10:** ~~129,-~~ **129,-**
1 x 200x210 und 2x 65x 65

- 100% Mako-Baumwolle, feinste **Satin-**qualität, reaktiv gedruckt und mercerisiert
- Konfektioniert mit Reissverschluss
- Top-Qualität und Design von **LAFEWO Schweiz**

Garnitur «FOUR SEASONS»

Art.Nr. **BWF 07:** ~~98,-~~ **98,-**
1 x 160x210 und 1x 65x100

Art.Nr. **BWF 08:** ~~129,-~~ **129,-**
1 x 200x210 und 2x 65x 65

EDELWEISS

RICHMOND

Personalrabatt
PERSONALPREIS

ab **49,-**

Art.-Nr. siehe unten

-34%

Garnitur «Edelweiss»

Art.Nr. **BWE 01:** statt ~~74,-~~ **49,-**
1 x 135x170 und 1x 65x100

Art.Nr. **BWE 02:** statt ~~89,-~~ **59,-**
1 x 160x210 und 1x 65x100

Art.Nr. **BWE 03:** statt ~~119,-~~ **79,-**
1 x 200x210 und 2x 65x 65

- 100% bedruckte Baumwolle
- Top-Qualität und Design von **LAFEWO Schweiz**

Garnitur «Richmond»

Art.Nr. **BWR 04:** statt ~~74,-~~ **49,-**
1 x 135x170 und 1x 65x100

Art.Nr. **BWR 06:** statt ~~119,-~~ **79,-**
1 x 200x210 und 2x 65x 65



Das hochwertige und allseits bewährte 4-Jahreszeiten Duvet

primflex®
Schlafsysteme

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 zusammensetzen.

Warm und luftig

Dieses 4-Jahreszeiten Duvet aus 100 % hautfreundlicher weisser Baumwolle ist mit der weltberühmten siliconisierten Hohlfaaser 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

-55%

PERSONALPREIS

149,-

Art.-Nr. 033

160 x 210 cm
200 x 210 cm

200 x 210 cm
statt Fr. 419.-
Personalrabatt

-57%

PERSONALPREIS

179,-

Art.-Nr. 034

Produkt-Info

- Füllung: 100 % siliconisierte Hohlfaaser
- Dank der Hohlfaaser 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°

2
Jahre
Garantie

Passend dazu: Kissen 65x65cm und 65x100 cm



2
Jahre
Garantie

Kuscheliges
Kopfkissen
Füllung aus
hochwertiger,
siliconisierter
Hohlfaaser.
Waschbar bis 40°.

65 x 65cm
statt Fr. 50.-
Personalrabatt

-42%

PERSONALPREIS

29,-

Art.-Nr. 035

65 x 100 cm
statt Fr. 60.-
Personalrabatt

-41%

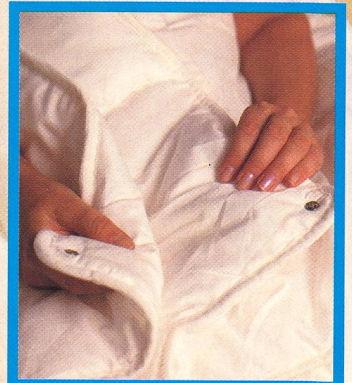
PERSONALPREIS

35,-

Art.-Nr. 036

Im **Frühjahr** das dicke Duvet
Im **Sommer** das dünne Duvet
Im **Herbst** 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.

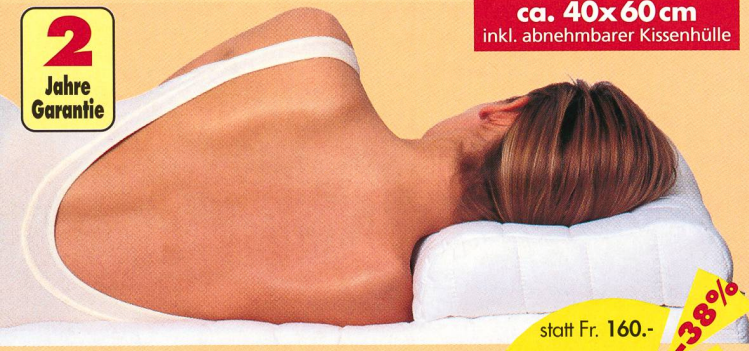


Wir sind 24 Stunden persönlich für Sie da! ☎ **0848 80 77 60**

Naturlatex Stützkissen „Medica“ Gesund und orthopädisch richtig

2
Jahre
Garantie

ca. 40x60cm
inkl. abnehmbarer Kissenhülle



Primflex®
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



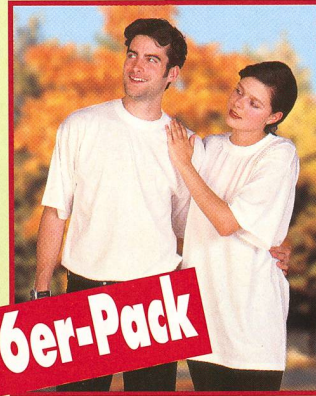
Produkt-Info

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

statt Fr. 160.-
Personalrabatt
PERSONALPREIS
98,-
Art.-Nr. 038

6er-Pack

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 exklusive nahtlose Rundumschnitt sorgt für perfekte Passform. 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 -4,2%
PERSONALPREIS
48,-
Art.-Nr. TES 06

On parle français

Parliamo italiano

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.

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.

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

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.

Unser Info/Bestelltelefon 0848 80 77 60 oder Fax: 0848 80 77 90
e-mail: personalshop@wwb.ch

PERSONALSHOP -Vorzugsbestellschein

Schweizer
Hebamme

Art.-Nr.	Grösse	Menge	Artikelbezeichnung	Einzelpreis

Alle Angebote gültig solange Vorrat. Die Bestellungen werden in der Reihenfolge ihres Einganges berücksichtigt. Preise, Mass- und Modelländerungen sowie Druckfehler vorbehalten. Preise inkl. MWST. Besuchen Sie unsere LADENGESCHÄFTE: Flughafenstrasse 235, 4056 Basel und am Neuhofweg 51, 4147 Aesch

Sind Sie bereits Kunde ?

ja, Nr. _____
 nein

deutsch französisch

Datum _____

Code Nr. **C35**



Bestellschein einsenden an:

PERSONALSHOP
c/o WWB
Flughafenstr. 235
Postfach
4025 Basel

PERSONALSHOP
Gutes muss nicht teuer sein!

Gedruckt auf chlorfreiem Papier / PR 26

NAME UND VORNAME IN BLOCKSCHRIFT _____

Strasse _____

PLZ / Ort _____

e-m@il-Adresse (wenn vorhanden) _____

Geburtsdatum _____

Telefonnummer _____

Unterschrift _____

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 betreuen ?
- 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 Sie.

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. oktober

► 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*

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
Anmeldung/Auskunft*

NOVEMBER/NOVEMBRE NOVEMBRE

Me 1^{er} 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

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*

M: Mitglied/membre/membre
NM: Nichtmitglied/non-membre/non-membre
HA: Hebammen in Ausbildung
ESF: élève sage-femme
AL: allieva levatrice

- das Original seit 1972 -
DIDYMOS®

Erlebe Komfort

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

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



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

Mitglied im Internationalen Verband der Naturtextilwirtschaft

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
Horaires: 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-

berg, Hebamme und Erwachsenenbildnerin
Kosten: M Fr. 180.–, NM Fr. 270.–
Anmeldeschluss: 28. Oktober
*Anmeldung/Auskunft**

Ma 28 novembre

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

Lieu: à définir
Horaires: 8 h 30–17 h
Intervenante: D^r Franziska Angst
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**

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, Murten
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
Horaires: 9 h 15–17 h
Intervenante: Geneviève Soulié, psychothérapeute, gestaltiste, conseillère pédagogique
Prix: voir 28 octobre
Délai d'inscription: 1^{er} 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. 6 TN 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)
Horaires: 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
Horaires: 9 h 15–17 h 30
Intervenante: Brigitte Deunf, sage-femme enseignante
Prix: à définir
Délai d'inscription: 5 janvier
*Inscription/Renseignements**

Je 1^{er} mars

► **Le nouveau-né ictérique**

Lieu: Aigle
Horaires: 9 h 15–17 h 30
Intervenant: D^r 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

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) vermittelt.

Für Unterlagen wenden Sie sich bitte an:

Institut für Atempädagogik Yvonne Zehnder Sekretariat K. Dörner Alpenstrasse 21, 8800 Thalwil

Name: _____
 Vorname: _____
 Adresse: _____
 PLZ/Ort: _____

fest

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

083137/001



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

BSS Kongress 2000 / Congrès ASCL 2000

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 consultants
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

rajoton^{plus}
alkoholfrei

- reich an Eisen,
mit Kalzium und
Magnesium
- auf der Basis
von Hagebutten-
und 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

rajoton^{plus}
alkoholfrei

Für medizinisches Fachpersonal

Bitte senden Sie mir GRATIS:

- Ihre vollständige Dokumentation 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 accueillons encore volontiers une Romande pour étoffer et diversifier nos échanges (voir appel ci-contre).

Christine Peitrequin

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'École de Chantepier-

re 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 1^{er} août me prédestina peut-être 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 sage-femme m'avait déjà effleuré l'esprit.

Quatre ans d'expérience de vie dans ce centre m'ont amenée à différentes réflexions essentielles. Côté de la mort, la séparation au quotidien, où

les non-dits, les histoires profondes et 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 folique 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 suivants:

- L'acide folique contrôle le taux sanguin d'homocystéine
- 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 éléva-

tion 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 commerçants 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.

Le site www.folsaeure.ch 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 40^e 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 y 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 professionnels-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 groupe 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 por-

teront 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 Fabienne 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 1^{er} 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 peut-être 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.