

**Zeitschrift:** Hebamme.ch = Sage-femme.ch = Levatrice.ch = Spendrera.ch  
**Band:** 113 (2015)  
**Heft:** 1-2  
  
**Rubrik:** Verband = Fédération

### **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:** 17.11.2024

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

## An der Sitzung vom 28. November 2014 hat der SHV-Zentralvorstand ...

- die neuen Statuten der Sektionen Tessin und Zentral-schweiz genehmigt.
- entschieden, die Allianz zur schulischen Sexualerziehung und gegen die Initiative «Ja zum Schutz vor Sexualisierung in Kindergarten und Primarschule» zu unterstützen.
- beschlossen, dass der «Association Frühgeborene» ideelle und fachliche Unterstützung gewährt wird.
- das Konzept zur Erstellung eines Berufsbildes gutgeheissen.
- das Budget 2015 zuhanden der Delegiertenversammlung verabschiedet.
- die Jahresziele 2014 evaluiert und ist zufrieden, dass fast alle Ziele des vergangenen Jahres erreicht wurden. Gleichzeitig wurden die Ziele für das Jahr 2015 festgelegt.
- entschieden, die rechtliche Einschätzung zum Thema «Minimalkontrollen in der Schwangerschaft» von der Homepage des SHV zu nehmen und zum Thema ein Gutachten eines Haftpflichtexperten erstellen zu lassen.
- das Weiterbildungskonzept und dessen Umsetzungsplan genehmigt und der Arbeitsgruppe den Auftrag gegeben, die Umsetzung vorzubereiten.
- die Auswertung der Konferenz Leitende Hebammen (KLH) diskutiert und wichtige Anliegen der leitenden Spitalhebammen als Jahresziele 2015 aufgenommen.

*Barbara Stocker Kalberer, SHV-Präsidentin*

## Lors de sa séance du 28 novembre 2014, le Comité central de la FSSF a ...

- approuvé les nouveaux statuts des sections Tessin et Suisse centrale.
- décidé de soutenir l'Alliance en faveur de l'éducation sexuelle à l'école dans sa lutte contre l'initiative populaire «Oui à la protection contre la sexualisation à l'école maternelle et à l'école primaire».
- décidé d'accorder un soutien moral à l'Association «Nais-sance prématurée».
- approuvé le concept de l'élaboration d'un profil profes-sionnel.
- adopté le budget 2015, qui sera présenté à l'Assemblée des déléguées.
- évalué les objectifs 2014 et constaté avec satisfaction que la quasi-totalité de ceux-ci ont été atteints. Il a aussi défini les objectifs pour 2015.
- décidé de retirer l'expertise juridique sur les «contrôles minimaux pendant la grossesse» du site Web et de faire établir un avis sur le sujet par un spécialiste en assurance-responsabilité civile.

- approuvé le concept de la formation continue et son plan de mise en œuvre. Il a aussi donné mandat au groupe de travail de préparer cette mise en œuvre.
- discuté du bilan de la Conférence des sages-femmes cheffes de service et intégré des revendications impor-tantes des sages-femmes hospitalières dans les objectifs.

*Barbara Stocker Kalberer, Présidente de la FSSF*

## Nella seduta del 28 novembre 2014, il Comitato Centrale della FSL ha ...

- approvato i nuovi statuti delle sezioni Ticino e Svizzera centrale.
- deciso di appoggiare l'alleanza per un'educazione sessuale nelle scuole, esprimendosi contro l'iniziativa «Protezione dalla sessualizzazione nella scuola dell'infanzia e nella scuola elementare».
- deciso di accordare un sostegno ideologico all'«Asso-ciation Frühgeborene».
- ha approvato il piano per la creazione di un profilo professionale.
- ha approvato il budget 2015 all'attenzione dell'Assem-blea delle delegati.
- ha esaminato gli obiettivi che ci siamo preposti per l'anno 2014 e constatato con soddisfazione che quasi tutti sono stati raggiunti. Al contempo ha fissato gli obiettivi per l'anno 2015.
- deciso di togliere dalla homepage la valutazione legale sul tema «controlli minimi in gravidanza» e di incaricare un esperto in responsabilità civile di redigere un rapporto su questa tematica.
- ha approvato il concetto di formazione continua e il relativo piano di attuazione e ha quindi incaricato il gruppo di lavoro della sua realizzazione.
- ha discusso la valutazione della conferenza delle leva-trici capo e tra gli obiettivi da perseguire per il 2015 ha incluso importanti richieste delle levatrici ospedaliere capo.

*Barbara Stocker Kalberer, presidente FSL*

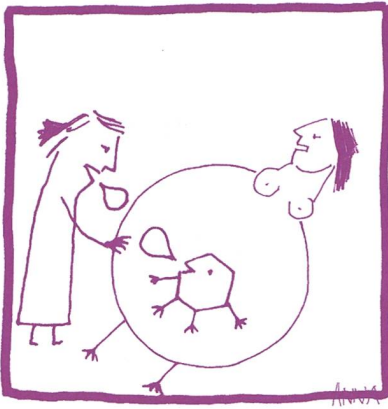
### ..... Neue Mitglieder | Nouveaux membres

**Beide Basel BL/BS** Neumitglied  
T 061 983 08 44 Müller Isabella, Riehen

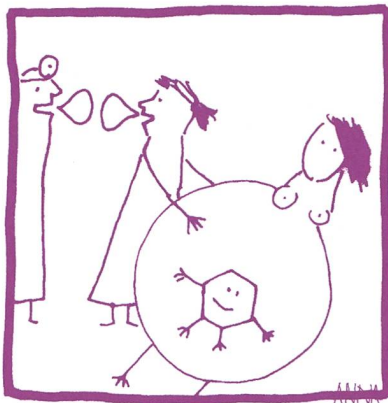
**Bern** Neumitglieder  
T 033 783 01 70 Ott Simone, Jegenstorf  
Rossi Chiara, Thun

**Zentralschweiz** Neumitglieder  
T 041 442 08 00 Dober Laura, Küssnacht  
T 041 320 63 06 Zumbühl Eva, Luzern

**Zürich und Umgebung** Neumitglieder  
T 079 711 80 32 Hofmann Cornelia, Freienstein  
Stiefel Andrea, Konstanz (D)



## Congrès suisse des sages-femmes COMMUNICATION



Congress Center Basel  
20./21.05.2015

[www.hebamme.ch](http://www.hebamme.ch)

## Section Genève

5 décembre 2014 – Mères et  
bébés dans la course ... de l'Escalade!



Chaque mardi, l'Arcade sages-femmes à Genève propose aux futures mères ou aux mères qui tiennent déjà leur bébé dans leur écharpe de venir marcher en trois lieux différents (Plainpalais, Eaux-Vives, Versoix). Pendant 90 minutes, les mamans se promènent sous les arbres, accompagnées d'une sage-femme. Cela donne lieu à de nombreux échanges entre personnes concernées par l'allaitement, les pleurs intempestifs, les nuits mouvementées, etc.

L'activité physique étant désormais reconnue comme bénéfique à différents titres pour tous les âges de la population, l'Arcade a décidé de proposer il y a maintenant plus de trois ans des rencontres pour marcher. Sans essayer de savoir plus précisément en quoi ces marches évitent

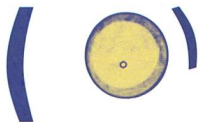
le surpoids et le diabète gestationnel, nous constatons de manière pragmatique qu'elles sont en tout cas favorables à briser l'isolement dans lequel se trouvent souvent les femmes après la naissance d'un enfant et, du même coup, elles contribuent sans doute à maintenir leur moral pendant le post-partum.

Les entraînements du mardi convergent vers un moment stimulant: la participation à la Course de l'Escalade (section walking). Pour la troisième année consécutive, mais avec un succès qui a presque triplé, 36 femmes avec leur bébé ainsi que plusieurs sages-femmes – et sans compter celles qui sont venues sans inscription – étaient au rendez-vous, vendredi 5 décembre 2014. Un bus spécial loué par l'Arcade allait transporter tout ce monde de Plainpalais vers Veyrier, lieu de départ d'une marche nocturne de plus de 8 km qui mène au centre de Genève (Parc des Bastions). Et pour la troisième fois, l'expérience a été féérique et les parents auront une jolie histoire à raconter à leur bébé devenu grand, lorsqu'il voudra lui-même courir dans les différentes épreuves proposées par la Course.

Bienvenue aux mères qui voudraient nous rejoindre, car les entraînements ont lieu toute l'année.

voir: [www.arcade-sages-femmes.ch](http://www.arcade-sages-femmes.ch)

*Viviane Luisier et Sophia Mighali*



Schweizerischer Hebammenverband SHV | Fédération suisse des sages-femmes FSSF | Federazione svizzera delle levatrici FSL | Federaziun svizra da las spenderas FSS

### Präsidentin | Présidente

Barbara Stocker Kalberer, SHV  
Rosenweg 25 C, Postfach,  
3000 Bern 23

### Sektionen | Sections

#### Aargau-Solothurn

Anne Steiner  
annehin@web.de  
Waltersburgstr. 16, 5000 Aarau  
T 062 822 81 21, M 079 455 69 29

#### Beide Basel (BL/BS)

Doris Keller  
d.keller@datacomm.ch  
Gartenweg 156, 4497 Rünenberg  
T 061 983 08 44

#### Bern

Marianne Haueter  
shv-sektionbern@bluewin.ch  
Bunschen 171 B, 3765 Oberwil i.S.  
T 033 783 01 70

#### Fribourg

Anne-Marie Pillonel  
info@sage-femme-fribourg.ch  
Route de Bertigny 39, 1700 Fribourg  
T 078 623 52 38

#### Genève

Dany Aubert-Burri  
dany.aubert-burri@hesge.ch  
16, rue Henri-Mussard  
1208 Genève  
T 022 300 40 03, M 078 606 40 03

#### Oberwallis

Ruth Karlen  
ruthkarlen@gmx.ch  
Mühlackerstr. 26a, 3930 Visp  
T 027 945 15 56

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

Madeleine Grüninger  
grueningermadeleine@bluewin.ch  
Weidenhofstr. 3, 9323 Steinach  
T 071 440 18 88, M 079 238 40 78

#### Schwyz

Christine Fässler-Kamm  
christinessler@bluewin.ch  
Chappelihof 26, 8863 Buttikon  
T 055 445 21 54, M 079 733 18 48

#### Marie-Gabrielle von Weber

mgvonweber@pop.agri.ch  
Urenmatt, 6432 Rickenbach  
T 041 811 13 26, M 079 516 08 59

#### Ticino

Francesca Coppa-Dotti  
fsl.ti@hotmail.com  
Via Raslina 5, 6763 Mairengo  
T 091 866 11 71

#### Simona Pagani Scarabel

fsl.ti@hotmail.com  
I runch da vigana 21, 6528 Camorino  
T 076 616 74 06

#### Valais romand

Daniela Sintado  
dsintado@bluewin.ch  
Rue de Lausanne 24, 1950 Sion  
T 079 471 41 60

#### Isabelle Mabeau

imab61@hotmail.com  
Rte du Grand St Bernard 11,  
1945 Liddes  
T 027 746 36 53

#### Vaud-Neuchâtel-Jura (VD/NE/JU)

Laurence Juillierat  
Route du Bugnon 21, 1823 Glion  
T 079 732 06 64

#### Géraldine Zehnder-Joliat

Ch. des Oiseaux, 1040 Villars-le-Terroir  
T 079 647 69 75

#### Zentralschweiz (LU/NW/OW/UR/ZG)

Karien Näpflin-Defloor  
hebammeundmehr@hispeed.ch  
Dorfhalde 40, 6033 Buchrain  
T 041 442 08 00, M 079 743 88 14

#### Carmen Zimmermann-Steiger

kontakt@hebamme-luzern.ch  
Gärtnerweg 20, 6010 Kriens  
T 041 320 63 06, M 079 565 05 82

#### Zürich und Umgebung (ZH/GL/SH)

Stephanie Hochuli  
stephanie.hochuli@shinternet.ch  
Köschnerütstrasse 95, 8052 Zürich  
T 079 711 80 32

#### Sektion Geburtshäuser

#### Section maisons de naissance

Jacqueline Wenk  
jacquelinewenk@gmail.com  
Vogelsangstrasse 9, 6205 Eich  
T 041 460 01 50



**Kursorganisation**

Bildungsbeauftragte Deutschschweiz

**Marianne Luder-Jufer**

Gitziweidstrasse 7, 4932 Lotzwil, T 062 922 15 45

m.luder@hebamme.ch

Anmeldungen für SHV-Kurse schriftlich an die SHV-Geschäftsstelle in Bern. Sie finden das Kursprogramm unter [www.hebamme.ch](http://www.hebamme.ch)

## Lebenslanges Lernen

In meinen 35 Jahren in der Berufswelt habe ich viele Entwicklungen und Veränderungen im Berufsfeld der Hebammen miterlebt. Mir ist bewusst geworden, Wissen und Fähigkeiten des schulischen Lernens sowie der Berufsausbildung und der ersten Berufsjahre genügen – so die Annahme – zunehmend seltener, um eine dreissig bis vierzig Jahre lange Berufslaufbahn zu bewältigen und aktiv an der Gesellschaft zu partizipieren.

Je schneller sich die Welt verändert, umso wichtiger ist es, zu lernen, umzulernen und weiter zu lernen. Lernen heisst in erster Linie, sich mit Neuem und Unbekanntem auseinanderzusetzen, die unzähligen kleinen und grösseren Unsicherheiten und Frustrationen, die genauso zum Prozess gehören wie Fortschritte und erhellende Aha-Erlebnisse, auszuhalten – ja, diese Spannung zu lieben und geduldig dranzubleiben. Die persönliche Bildung selbst zusammenzustellen, bedeutet für mich die volle Verantwortung für mich und meine Zukunft zu tragen.

Es ist meine Aufgabe als Bildungsbeauftragte des SHV Angebote zu organisieren, um Euch auf diesem Weg zu unterstützen und Lernprozesse zu initiieren. Da die Bedürfnisse sehr vielseitig und unterschiedlich sein können, bedeutet es für mich eine Herausforderung, die Angebote zur Zufriedenheit möglichst vieler Mitglieder des SHV zusammenzustellen. Schon bald erscheint die neue Jahresbroschüre der Fort- und Weiterbildung des SHV und es wird sich zeigen, ob die verschiedenen Weiterbildungsangebote Eurem Interesse entsprechen und bei Euch die Freude am lebenslangen Lernen wecken können.

*Marianne Luder, Bildungsbeauftragte SHV*

## Kurs 35

**Aromamassage in der Schwangerschaft / Grundkurs**

20./21. März 2015, Bern

Die Arbeit mit ätherischen Ölen wird von unseren Klientinnen oft als sehr angenehm und unterstützend erlebt. In der Anwendung während der Schwangerschaft ist es besonders wichtig, sich der Wirkung und Nebenwirkungen der verwendeten Öle bewusst zu sein. In dieser Weiterbildung erhalten Sie das notwendige Grundwissen über die Gewinnung und Anwendung von ätherischen Ölen. Sie lernen verschiedenen Massagetechniken kennen und erfahren in der praktischen Übungssequenz die Wirkung der unterschiedlichen Duftstoffe.

## Kurs 36

**Geburtsmanagement bei Beckenendlage – neue Evidenzen**

20. April 2015, Olten

Sie kennen die geltenden internationalen Empfehlungen und Richtlinien für die Beckenendlagegeburt und können Ihre neu gewonnenen Erkenntnisse in die Praxis umsetzen. Sie setzen sich mit der aktuellen Studienlage auseinander und erarbeiten das notwendige Wissen um betroffene Frauen während der Schwangerschaft und Geburt kompetent zu beraten und zu begleiten.

## Kurs 37

**Praxistag Kursleitung – Lektionen aufbauen und unterrichten**

8./9. Mai. 2015, Hochdorf

Dieses Angebot richtet sich an alle Hebammen welche erwachsenbildnerisch tätig sind und Kurse anbieten. Sie lernen Zielsetzungen richtig zu formulieren und Lektionen abwechslungsreich und erwachsenengerecht zu planen und umzusetzen. Die erfahrene Kursleiterin unterstützt Sie während der Demolektionen in der Methodwahl und steht Ihnen mit vielen Tipps und Tricks zur Seite.



#### Organisation des cours de la FSSF

Chargée de la formation de la Suisse romande et du Tessin

#### Elke De Witte

Chemin Sainte Marguerite 45, 1965 Savièse, T 027 395 28 22

e.dewitte@sage-femme.ch

Inscriptions par écrit aux cours de la FSSF au secrétariat central de la FSSF à Berne. Vous trouverez le programme complet des cours sur [www.sage-femme.ch](http://www.sage-femme.ch)

## Nouveau cours

La FSSF propose une journée de cours donnée par Mme Fournier, cofondatrice de la Méthode Ballon Forme Couple.

## Cours 19

### Méthode Ballon Forme

La méthode Ballon Forme est un regroupement de positions, d'appuis et de mouvements sécuritaires exécutés en couple avec un ballon de naissance dans le but de faciliter et favoriser l'accouchement naturel. Cette méthode donne des outils au père pour aider significativement la mère pendant l'accouchement.

Les objectifs de cette méthode entrent dans le vif du sujet de notre métier. Par l'intermédiaire d'exercices spécifiques avec le ballon, la méthode Ballon Forme peut accélérer l'évolution du travail, faciliter l'engagement du bébé dans le bassin, diminuer la douleur, réduire le risque de déchirure périnéale ou la nécessité de pratiquer une épisiotomie, faciliter l'expulsion, réduire le risque de césarienne, etc. Sur le plan psychosomatique, les exercices sur le ballon de naissance favorisent la proximité du couple en travail et réduisent le stress et l'anxiété.

Les exercices Ballon Forme en prénatal aident à assouplir, tonifier et détendre, ainsi qu'à diminuer certains maux de la grossesse (lombalgies, sciatalgies, lourdeurs dans les membres inférieurs). En postnatal, le ballon permet de récupérer la condition physique par des exercices axés sur le renforcement du périnée et sur la correction de la diastase des grands droits, et ce, tout en stimulant le bébé.

Cette méthode est enseignée dans plusieurs hôpitaux au Canada, ainsi qu'à l'Hôpital de Morges (VD). Lors de la formation du 29 avril 2015, la «Méthode Ballon Forme couple» sera enseignée. Les exercices spécifiques en prénatal et postnatal ne seront pas abordés. A vos inscriptions!

### Renseignements et inscription

<b>Intervenante</b>	Danielle Fournier, Maîtrise en Sciences de l'activité physique, auteure de Méthode Ballon Forme Couple
<b>Date, heure, lieu</b>	mercredi 29 avril 2015, de 9h à 12h et de 13h à 17h, Bulle
<b>Prix</b>	membres CHF 200.– non-membres CHF 300.–
<b>Inscription</b>	<b>jusqu'au 13 mars 2015!</b> <a href="http://www.sage-femme.ch">www.sage-femme.ch</a>

### Impressum

**Herausgeberin** | **Editeur** Schweizerischer Hebammenverband (SHV) Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung des SHV wieder. Nachdruck nur mit Genehmigung der Redaktion | **Fédération suisse des sages-femmes (FSSF)** Les articles signés ne reflètent pas forcément l'opinion de la FSSF. Toute reproduction est soumise à autorisation de la rédaction.  
**Redaktion** | **Rédaction** Verantwortlicher Redaktor: Wolfgang Wettstein, Geschäftsstelle SHV, Rosenweg 25 C, Postfach, CH-3000 Bern 23, T +41 (0)31 331 35 20, w.wettstein@hebamme.ch  
**Rédaction de langue française** Josianne Bodart Senn, Chemin du Bochet 4a, CH-1196 Gland, T +41 (0)22 364 24 66, N +41 (0)79 755 45 38, j.bodartsenn@sage-femme.ch **Redaktioneller Beirat** | **Conseil rédactionnel** Bénédicte Michoud Bertinotti (bmi), Viviane Luisier (vl) **Foto Titelseite** | **Photo couverture** Pia Zanetti, [www.fotozanetti.com](http://www.fotozanetti.com) **Layout** | **Graphisme** [www.atelierrichner.ch](http://www.atelierrichner.ch)  
**Jahresabonnement** | **Abonnement annuel** Nichtmitglieder CHF 109.–, inkl. 2,5% MWST, Ausland CHF 140.–, Einzelnummer CHF 13.20, inkl. 2,5% MWST + Porto. Das Abonnement verlängert sich um ein weiteres Jahr, wenn es nicht bis zum 31. Oktober des laufenden Jahres schriftlich beim SHV gekündigt wird. | Non-membres CHF 109.–, 2,5% TVA incluse, étranger CHF 140.–, prix du numéro CHF 13.20, 2,5% TVA incluse + porto. L'abonnement est automatiquement renouvelé pour un an s'il n'est pas résilié par écrit auprès de la FSSF au 31 octobre de l'année en cours. **Inseratemarketing** | **Régie d'annonces** kömedia AG, Geltenwilenstrasse 8a, CH-9001 St.Gallen, T +41 (0)71 226 92 92, [info@koemedia.ch](mailto:info@koemedia.ch), [www.koemedia.ch](http://www.koemedia.ch) **Druck** | **Impression** Vogt-Schild Druck AG, Gutenbergstrasse 1, CH-4552 Derendingen, [www.vsdruck.ch](http://www.vsdruck.ch) **Papier** PlanoArt 100 gm<sup>2</sup>, holzfrei, hochweiss matt, säurefrei, FSC-zertifiziert | PlanoArt 100 gm<sup>2</sup>, sans bois, extra-blanc mat, sans acide, certifié FSC | WEMF-beglaubigt | ISSN 1662-5862

**47. FORTBILDUNGSTAGUNG FÜR  
GYNÄKOLOGIE & GEBURTSHILFE  
OBERGURGL, 1. BIS 6. FEBRUAR 2015**

**VORTRÄGE • PRÄ- & PERINATAL-MEDIZIN  
• UROGYNÄKOLOGIE • ULTRASCHALL  
• ONKOLOGIE • DYSPLASIE • SENOLOGIE  
• INFEKTILOGIE • GEBURTSHILFE**

**HANDS-ON-WORKSHOPS**

**POSTERPREIS – CALL FOR ABSTRACTS  
DEADLINE 16. JANUAR 2015**

**DEGUM-ZERTIFIZIERTER  
MAMMA-SONOGRAPHIE-KURS  
AG CPC-ZERTIFIZIERTER KOLPOSKOPIE-KURS**

**VERANSTALTER**

Univ. Prof. Dr. Günther Häusler  
Prof. Dr. med. Clemens Tempfer, MBA

**KONGRESS-SEKRETARIAT – CONVENTIVE OG**  
Leopold Gatringer-Straße 7/10, 2345 Brunn am Gebirge,  
Österreich, E-mail: kongress@gynobergurgl.at  
Tel: +43-(0)2236 38 27 32, Fax: +43-(0)274 222 210 015  
**www.gynobergurgl.at**



- **Stärkungsmittel mit langjähriger Tradition, zur erfolgreichen Unterstützung während der Schwangerschaft und in der Stillzeit**
- **reich an Eisen, Kalzium, Magnesium und Vitamin C**
- **mit ausgesuchten Kräuterextrakten**



Bitte senden Sie mir mehr Informationen:

Name: \_\_\_\_\_  
 Strasse: \_\_\_\_\_  
 PLZ/Ort: \_\_\_\_\_  
 Beruf: \_\_\_\_\_



**Kräuterhaus Keller Herboristerie**  
1227 Carouge-Genève  
Tel. 022 300 17 34, Fax 022 300 36 79

**Erkältung**

« s' Mami hett immer  
es **OMIDA**-Mitteli,  
wänn mir öppis fählt. »

**OMIDA**  
Arzneimittel für Kinder



Fieber, Husten, eine Erkältung oder Schmerzen beim Zahnen können Ihrem Kind ganz schön zusetzen. Homöopathische Arzneimittel für Kinder von OMIDA® sind speziell auf die Bedürfnisse der Kleinen und Kleinsten abgestimmt.

Erhältlich in Drogerien und Apotheken. Lesen Sie die Packungsbeilagen.



OMIDA AG, 6403 Küssnacht a.R.  
**www.omida.ch**

Das Original seit 1972

**DIDYMOS®**  
Erika Hoffmann  
das Babytragetuch.

Die natürlichste  
Verbindung

DIDYMOS® Erika Hoffmann GmbH  
Alleenstr. 8/1  
D-71638 Ludwigsburg  
Tel.: +49 7141 921024  
mail@didymos.com

[www.didymos.de](http://www.didymos.de)



# Vitamin D3 Substitution ist unentbehrlich

Vitamin D3 ist unentbehrlich für den gesunden Aufbau von Knochen, Muskeln und Zähnen. Die Schweizerische Gesellschaft für Pädiatrie empfiehlt täglich die Gabe von Vitamin D3 während des 1. Lebensjahres, um die Rachitis wirksam zu verhindern. Neu empfehlen Experten die Vorsorge mit Vitamin D bis ins 3. Lebensjahr fort zu fahren.

Neben der antirachitischen Wirkung von Vitamin D3 ist heute bekannt, dass ein Vitamin D3 Mangel als pathogenetischer Faktor bei folgenden Erkrankungen gilt: Autoimmunerkrankungen, chronisch-entzündlichen Erkrankungen, Herz-Kreislaufkrankungen, Immunschwäche, Infektionen, Diabetes und verschiedenen Krebserkrankungen.

Vitamin D3 wird im Körper selber produziert, sofern genügend Sonnenstrahlen auf die Haut auftreffen oder es kann in sehr geringem Masse über die Nahrung aufgenommen werden. Die heutigen Lebensbedingungen (Sonnenschutz, Luftverschmutzung, Essgewohnheiten) führen aber zu einem alarmierenden Vitamin D3 Mangel. Weit mehr als 50% der Bevölkerung weisen nach neuen Untersuchungen einen Vitamin D3 Mangel auf. Diese Erkenntnisse und die positiven Effekte von Vitamin D3 auf die allgemeine Gesundheit führen dazu, dass Vitamin D3 als effiziente und günstige Gesundheitsvorsorge in jedem Alter empfohlen wird.

**WILD** Dr. Wild & Co. AG, 4132 Muttenz, [www.wild-pharma.com](http://www.wild-pharma.com)

Das Buch

## «Es ist vorbei – ich weiß es nur noch nicht»



handelt von der Bewältigung traumatischer Geburtserfahrungen.

Dieses Buch bietet anschauliche Ideen eines Heilungsprozesses vom Erleben der Geburtssituation über den Umgang mit möglichen Folgen traumatischer Erfahrungen hin zu deren Bewältigung.

Tanja Sahib, BOD 2013, 19,90 €  
zuzüglich Versand (4,60 €),  
ISBN 978-3-8482-6792-7

Bestellen Sie das Buch direkt bei der Autorin:  
[www.praxis-tanja-sahib.de/buchverkauf-es-ist-vorbei/](http://www.praxis-tanja-sahib.de/buchverkauf-es-ist-vorbei/)

«Sehr empfehlenswert! Der Schwerpunkt des Buches liegt auf der achtsamen Traumalösung mit vielen praktisch umsetzbaren Übungen.»  
K. Mikolitch (Ärztin)

Internationaler Congress  
**Geburtshilfe  
im Dialog**  
Ihr Forum für den  
Dialog in der Geburtshilfe

» » 27. - 28. Februar 2015  
Congress Center Mannheim

**Nicht  
verpassen!**  
Jetzt noch  
anmelden &  
dabei sein!

**Noch nie  
in Mannheim  
dabei gewesen?**  
Dann für nur 50,- Euro  
Teilnahmegebühr anmelden  
aber nur vom 12.-25.01.2015  
auf der Congresshomepage

Einfach immer so weitermachen?  
**Respekt & Vertrauen –  
Maßstäbe setzen  
für die Geburtshilfe der Zukunft.**

2015 dabei!  
ReferentenInnen:  
Abou-Dakin, Göbel, Hildebrandt,  
Hirschmüller, Hoesli, Louwen,  
Rakos, Reister, Schwarz, Strahleck

Vom SHV anerkannte  
Hebammenfortbildung!  
PRO MEDICO

**FRAUENKLINIK  
UMM**  
UNIVERSITÄTSMEDIZIN  
MANNHEIM

Unter fachlicher Beteiligung  
Deutscher Hebammen  
Verband e.V. BfHD

[www.Geburtshilfe-im-Dialog.de](http://www.Geburtshilfe-im-Dialog.de)

**KUNST- & KULTURSTUDIENREISEN 2015**  
mit Unesco-Weltkulturerbe

## Kirchen & Klöster, Festungen & Städte

Weltliche & Religiöse Impressionen der Antike & des Mittelalters  
Geschichte & Gegenwart

**Ravenna – Venedig – Armenien – Kosovo –  
Moskau & Goldener Ring – Aethiopien**

mit Prof. Dr. phil. Paul Meinrad Strässle

**Auskunft & Reiseprospekte:**  
KOBOM Byzanz – Osteuropa – Orient  
Landstr. 3, CH-9606 Bütschwil  
Tel./Fax 071 983 51 42  
p.m.straessle@bluewin.ch

Siehe auch: [www.byzanz-straessle.ch](http://www.byzanz-straessle.ch)