

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΠΕΡΙΓΕΝΝΗΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ - 2013

Οργάνωση: Σύλλογος Βοηθών Μητρότητας Ελλάδος

(η παρακολούθηση των σεμιναρίων αποτελεί μία από τις προϋποθέσεις για πιστοποίηση)

ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ ΠΕΡΙΓΕΝΝΗΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ – ΑΘΗΝΑ 201

| | |
|----------------------------------|--|
| Ημερομηνίες & ώρες διεξαγωγής: | 02 - 03/11/2013, 10:00 – 18:00 |
| Εκπαιδευτριες: | Ευαγγελία Φιλιππάκη, Μαρία Ανδρεουλάκη |
| Τόπος διεξαγωγής: | Θα ανακοινωθεί προσεχώς |
| Κόστος συμμετοχής: | 200 €, σε περίπτωση εξόφλησης πριν |
| τις <u>21/10/2013</u> | έκπτωση 15% (170 €) |
| Ελάχιστος αριθμός συμμετεχόντων: | 10 άτομα |

ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ ΠΕΡΙΓΕΝΝΗΤΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ – ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ 2013

Ημερομηνίες & ώρες διεξαγωγής: 09 - 10/11/2013, 10:00 – 18:00

Εκπαιδευτριες: Αναστασία-Τάνια Ζώτου, Μαρία Ανδρεουλάκη

Τόπος διεξαγωγής: Ιατρείο Αναστασίας-Τάνιας Ζώτου, Γυμν. Δημητριάδη 9, 1^{ος} όροφος, , Θεσσαλονίκη

Κόστος συμμετοχής: 200 €, σε περίπτωση εξόφλησης πριν τις 21/10/2013 έκπτωση 15% (170 €)

Ελάχιστος αριθμός συμμετεχόντων: 10 άτομα

- **Σε ποιους απευθύνονται:** Τα σεμινάρια είναι ανοιχτά σε **οποιοδήποτε ενδιαφέρεται και ασχολείται** με την περιγεννητική υγεία, για προσωπικούς ή επαγγελματικούς λόγους:
 - ο σε γονείς και μέλλοντες γονείς
 - ο σε γιατρούς, μαίες, νοσηλεύτες, βοηθούς μητρότητας, παιδίατρους, συμβούλους θηλασμού και άλλους επαγγελματίες υγείας
 - ο σε όσους ασχολούνται με τις εναλλακτικές και ολιστικές θεραπείες
 - ο σε ψυχολόγους, ψυχοθεραπευτές και όσους ασχολούνται με τη συναισθηματική/ψυχολογική πλευρά της περιγεννητικής περιόδου
 - ο σε δασκάλες/δασκάλους γιόγκα και άλλων μεθόδων και πρακτικών που χρησιμοποιούνται τη διάρκεια της εγκυμοσύνης και της λοχείας
 - ο σε συμβούλους οικογένειας και όσους ασχολούνται με σχολές γονέων, τη γονεϊκότητα και τις σχέσεις γονέων-παιδιών
- **Θεματολογία**
 - Φυσιολογική εγκυμοσύνη
 - Φυσιολογικός τοκετός
 - Φυσιολογικό τρίτο στάδιο
 - Φυσιολογική λοχεία
 - Πώς διευκολύνεται ο φυσιολογικός τοκετός
 - Υποστηρίζοντας το τρίτο στάδιο
 - Υποστηρίζοντας τη φυσιολογική περίοδο λοχείας

- Παρεμβάσεις και Επιπλοκές - Συνέπειες στη φυσιολογική εγκυμοσύνη, τοκετό, θηλασμό, λοχεία – Εναλλακτικές προτάσεις
- Πρακτική εξάσκηση σε μεθόδους ανακούφισης

Για δηλώσεις συμμετοχής: training@mitrotita.org"> training@mitrotita.org ή στο τηλέφωνο 2109823257

ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΡΙΩΝ:

Αναστασία - Τάνια Ζώτου

Ψυχίατρος – Ψυχοθεραπεύτρια, βοηθός μητρότητας, σύμβουλος περιγεννητικής αγωγής (Lamaze), διεθνώς πιστοποιημένη σύμβουλος γαλουχίας IBCLC, μέλος της εκπαιδευτικής επιτροπής

Είμαι **Ψυχίατρος-Ψυχοθεραπεύτρια** και ασκώ την οργονοθεραπεία, ψυχοθεραπευτική μέθοδο του Βίλχελμ Ράιχ, σε ενήλικες, νεογέννητα, μεγαλύτερα παιδάκια και εφήβους, ζευγάρια και οικογένειες. Συμμετέχω στο δια βίου εκπαιδευτικό πρόγραμμα του Αμερικάνικου Κολλεγίου της Οργονομίας με έδρα το Πρίστον των ΗΠΑ. Εργάστηκα επί σειρά ετών στην Ελλάδα και ευκαιριακά στη Μεγάλη Βρετανία.

Μέσα από την εκπαίδευση αλλά κυρίως από την κλινική-ψυχοθεραπευτική εμπειρία μου έγινε απόλυτα σαφές το πόσο δραματικά καθοριστικές είναι οι εμπειρίες της παιδικής ηλικίας στη διαμόρφωση της δομής του ανθρώπου και στην εδραίωση της ικανότητάς του να αγαπάει και να δημιουργεί. Καταλυτική είναι η εμπειρία του τοκετού, η περιγεννητική περίοδος και ο πρώτος χρόνος της ζωής! Αυτό με οδήγησε να εκπαιδευτώ από τους Μισέλ Οντάν & Λιλιάννα Λάμερς στο Λονδίνο και από εκπαιδευτές του οργανισμού DONA International στις ΗΠΑ ως **βοηθός μητρότητας (Doula)**. Εκπαιδευτήκα ως **σύμβουλος θηλασμού IBCLC** και **σύμβουλος περιγεννητικής αγωγής (childbirth educator)** Lamaze. Έχω δώσει πλήθος ομιλιών σε θέματα πρόληψης και ανατροφής των παιδιών.

Με συγκινεί ιδιαίτερα να δουλεύω με εγκύους, με στόχο να αποκτήσουν καλύτερη επαφή με τις βασικές ανάγκες, τόσο τις δικές τους όσο και του αγέννητου μωρού τους και να μπορέσουν να τις υποστηρίξουν ώστε να αφεθούν στη συνέχεια στην εμπειρία του τοκετού.

Λατρεύω τη μουσική, τραγουδάω και παίζω κρουστά. Απολαμβάνω τη συντροφιά, τη φύση και την ορειβασία. Είμαι μητέρα μιας κόρης στην εφηβεία που μου χάρισε τη συγκλονιστική εμπειρία του τοκετού στο σπίτι, του θηλασμού καθώς και του να μεγαλώνω ένα τόσο αξιολάτρευτο πλάσμα.

Ευαγγελία Φιλιππάκη

Γενική οικογενειακή γιατρός, διεθνώς πιστοποιημένη σύμβουλος γαλουχίας IBCLC, μέλος της εκπαιδευτικής επιτροπής

Από την αρχή των σπουδών μου ως και σήμερα με ενδιαφέρουν:

~η πρόληψη της ασθένειας

~ η ενδυνάμωση του «ασθενούς»

~ η φροντίδα υγείας στον χώρο του (όταν δεν υπάρχουν αντενδείξεις), όπου νοιώθει ασφάλεια και βρίσκεται με τους ανθρώπους που αγαπά.

Γνώρισα και μαθήτευσα με ανθρώπους που θεωρώ πολύ σημαντικούς: τον Michel Odent, τον Frederick Leboyer, τον Franz F. Veldman της απτονομίας, την Eva Reich, οι οποίοι με κατηύθυναν σε αυτό που ήδη διαισθανόμουν, ότι δηλαδή η βασική πρόληψη της σωματικής και

ψυχικής αρρώστιας ξεκινάει από την εμβρυική ζωή και ότι γενικότερα η περιγεννητική περίοδος παίζει σημαντικό ρόλο.

Ταξίδεψα σε χώρες της Ευρώπης (Αγγλία, Ολλανδία, Γερμανία, Αυστρία) για να παρακολουθήσω και να αποκτήσω εμπειρία όσον αφορά την εκεί αντιμετώπιση της εγκυμοσύνης, του τοκετού και της λοχείας. Στη Β. Αμερική εργάστηκα ως εσωτερική μαία στο Κέντρο Φυσικού Τοκετού Μαιών "Casa de Nacimiento".

Επί χρόνια διετέλεσα επιστημονική συνεργάτιδα του Συνδέσμου Θηλασμού Ελλάδας (LLL Greece). Υπήρξα ιδρυτικό μέλος και ενεργό μέλος του Δ.Σ. του σωματείου για την προαγωγή του φυσικού τοκετού Ευτοκία για 9 χρόνια καθώς και ιδρυτικό μέλος της αγγλόφωνης ομάδας BirthVoice και του δικτύου ENCA Hellas.

Θεωρώ πολύ σημαντικό να υπάρχουν βιβλία στα ελληνικά που σχετίζονται δημιουργικά με την περιγεννητική περίοδο και έτσι μέσα στις δραστηριότητές μου περιλαμβάνονται η προώθηση και επιμέλεια τέτοιων βιβλίων καθώς και η μετάφραση ανάλογων άρθρων και φυλλαδίων.

Στα γενικότερα ενδιαφέροντά μου θα ήθελα να αναφέρω τη συγκίνηση που μου προσφέρει η παραδοσιακή ελληνική μουσική και τραγούδι, καθώς και οι ελληνικοί παραδοσιακοί χοροί, ιδίως οι κυκλικοί.

Μαρία Ανδρεουλάκη

Βοηθός μητρότητας CD(DONA), εκπαιδύτρια βοηθών μητρότητας, συντονίστρια της εκπαιδευτικής και οργανωτικής επιτροπής

Η πορεία μου στον περιγεννητικό χώρο ξεκίνησε πριν από 18 χρόνια με αφορμή την πρώτη μου εγκυμοσύνη. Μετά τη γέννηση της κόρης μου ευαισθητοποιήθηκα και δραστηριοποιήθηκα ενεργά στον χώρο της περιγεννητικής υγείας, ως ιδρυτικό μέλος της *Ευτοκίας*, και αργότερα, μετά τη γέννηση του δεύτερου παιδιού μου (μια πολύ διαφορετική εμπειρία τοκετού), και των ομάδων *BirthVoice* και *ENCA Hellas*. Εκπαιδύτηκα ως **βοηθός μητρότητας** από τον Michel Odent (Paramana-Doula Course), τη Gloria Lemay (Doula Course/BirthLove), τον Οργανισμό DONA International και πρόσφατα από τη Robin Lim και Giuditta Tornetta (Loving the Mother Course). Βρήκα στήριξη και έμπνευση για τη δουλειά μου μέσα από τη σπουδή των θεραπευτικών μεθόδων **Ρέικι**, **Ρεφλεξολογίας** και **Gentle Bio-energetics**, όπως και από τις σπουδές μου στη **μουσική** και τον **χορό**. Τα τελευταία 10 χρόνια μαθήτευσα δίπλα στον Frederick Leboyer πάνω στην ευεργετική χρήση της αναπνοής, του ήχου και της κίνησης στη διάρκεια της εγκυμοσύνης και του τοκετού. Συνεχίζω να δραστηριοποιούμαι μέσα από τη διοργάνωση και συμμετοχή σε διεθνή συνέδρια και σεμινάρια, εμψύχωση ομάδων, ομιλίες, έρευνα, δικτύωση, μετάφραση και διερμηνεία, και συμμετοχή σε εκπαιδευτικά προγράμματα και εθελοντικά κοινωνικά δίκτυα.

Είμαι η επίσημη Ελληνίδα εκπρόσωπος για το Ευρωπαϊκό δίκτυο περιγεννητικών οργανισμών **ENCA** (European Network of Childbirth Associations), το διεθνή οργανισμό **DONA International**, τη διεθνή πρωτοβουλία Μητέρα-Βρέφος-Γέννηση (International Mother-Baby Childbirth Initiative **IMBCI**), το Ευρωπαϊκό δίκτυο βοηθών μητρότητας (European Doula Network **EDN**) και ενεργό μέλος του **Συλλόγου Βοηθών Μητρότητας**.

Ζω στη Αθήνα με τα δύο υπέροχα παιδιά μου. Μου αρέσει πολύ να τραγουδάω και να χορεύω με αγαπημένη παρέα, να περπατάω και να ποδηλατώ, να διαβάζω, να γνωρίζω νέους τόπους και ανθρώπους, να παρακολουθώ τη φύση και τις τέχνες. Έχω ως όραμα την προσωπική ενδυνάμωση μέσα από την έρευνα, την ενημέρωση, την εκπαίδευση, τη δικτύωση, και τη συνένωση της θεωρίας με την πράξη, ώστε να μεγαλώνουν οι επόμενες γενιές τόσο με τα λόγια όσο και με τα έργα μας, ζώντας μια ζωή πληρότητας και ευτυχίας.

