

## ΣΕΜΙΝΑΡΙΟ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΗΣ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑΣ & ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑΣ ΤΗΣ ΒΟΗΘΟΥ ΜΗΤΡΟΤΗΤΑΣ

### Οργάνωση: Σύλλογος Βοηθών Μητρότητας Ελλάδος

(η θεματολογία του σεμιναρίου καλύπτει μέρος της βασικής υποχρεωτικής διδακτέας ύλης απαραίτητης για την πιστοποίηση)

**Ημερομηνίες & ώρες διεξαγωγής:** 20 - 21/10/2018,  
Σάββατο 10:00 - 19:00, Κυριακή 10:00 - 16:00

**Εκπαιδευτές:** Ευτυχία Τοπούζη, Μαρία Ανδρεουλάκη

**Τόπος διεξαγωγής:** «Ευτοκία», [Φλέμινγκ 50](http://www.eutokia.gr), 15123, Μαρούσι,  
[www.eutokia.gr](http://www.eutokia.gr) (ο χώρος είναι προσβάσιμος σε άτομα με ειδικές ανάγκες)

**Κόστος συμμετοχής:** για εξόφληση πριν τις 28/09/2018: €170  
για εξόφληση μετά τις 29/09/2018: €200

#### ➤ Προϋποθέσεις συμμετοχής:

- Σύμφωνα με τη διαδικασία πιστοποίησης και το καταστατικό του συλλόγου, απαραίτητη προϋπόθεση συμμετοχής σε σεμινάρια που διοργανώνει ο σύλλογος είναι η εγγραφή ως αρωγό μέλος.
- Απαραίτητη προϋπόθεση είναι η προηγούμενη συμμετοχή σε εκπαιδευτικό σεμινάριο βοηθών μητρότητας.
- Το σεμινάριο είναι ανοιχτό σε βοηθούς μητρότητας που ενδιαφέρονται να δραστηριοποιηθούν στον χώρο της περιγεννητικής φροντίδας στην Ελλάδα.

#### ➤ Θεματολογία

**Το επάγγελμα της β.μ.**

- Επαγγελματική ταυτότητα
  - ο Αξίες και ιδανικά
  - ο Αποστολή και όραμα
  - ο Υπηρεσίες β.μ. τοκετού ή/και λοχείας
  - ο Δημιουργία επαγγελματικής εικόνας
  - ο Προσωπικά και επαγγελματικά όρια
- Αμοιβή
  - ο Πεποιθήσεις σχετικά με τα χρήματα
  - ο Διαχείριση οικονομικών

- Παροχή υπηρεσιών και αμοιβή (κάλυψη υπηρεσιών, ορισμός αμοιβής και παράγοντες που την καθορίζουν, διαχείριση κρίσης, οριοθέτηση, ανταλλαγή υπηρεσιών, εθελοντισμός)
- Επιχειρηματικότητα - εργασία ως β.μ.
  - Δικτύωση (ξεκίνημα, πώς, γιατί, αλληλοϋποστήριξη μεταξύ β.μ.)
  - Χτίσιμο πελατολογίου
  - Συνεργασίες
  - Ευγενής άμιλλα (η παγίδα του ανταγωνισμού, ομάδα και ομαδικότητα)
  - Το ελεύθερο επάγγελμα (ιδιαίτερα χαρακτηριστικά, πλεονεκτήματα και μειονεκτήματα)
  - Νομικά/φορολογικά θέματα
- Marketing & Επικοινωνία
  - Στρατηγική επικοινωνίας (επιλέγοντας το κοινό στο οποίο απευθύνομαι, βήματα, προσέγγιση κ.α.)
  - Προωθητικά εργαλεία (website, blogging, επαγγελματική κάρτα κ.α.)
  - Χρήση Μ.Κ.Δ. (μέσων κοινωνικής δικτύωσης - επιλογές, σωστή χρήση, η παρουσία της β.μ. σε αυτά, όρια, παγίδες)
  - Έκθεση στα Μ.Μ.Ε. (μέσα μαζικής ενημέρωσης - ορθή αξιοποίηση, κίνδυνοι)
  - Δεξιότητες επικοινωνίας (ενεργητική ακρόαση και ενσυναίσθηση)
  - Η γλώσσα έχει σημασία (στάση, γραπτή και προφορική έκφραση, παγίδες και προκλήσεις)
- Συνεργασία με μητέρες/οικογένειες
  - Συνέντευξη (προετοιμασία, κατανόηση αναγκών και επιθυμιών πελάτη, οριοθέτηση, επιλογή)
  - Συμφωνία συνεργασίας (πλαίσιο συνεργασίας και υπηρεσιών, πλάνο πληρωμής κ.α.)
  - Πεποιθήσεις, αξίες, διαφορές
  - Παράγοντες θρησκευτικοί, πολιτικοί, οικονομικοί, φυλετικοί, κοινωνικοί, σεξουαλικοί, υγείας, εκπαίδευσης
  - Παραπομπή σε συνάδελφο β.μ.

### **Προσωπική εξέλιξη**

- Στόχοι (κίνητρα, πλάνο, οργάνωση, πλαίσιο)
- Επιμόρφωση (προσδοκίες, κριτήρια, ιδέες για επιμόρφωση)
- Προσθήκη υπηρεσιών
- Διαχωρίζοντας τους εκάστοτε ρόλους
- Αναστοχασμός (λειτουργικά/μη λειτουργικά στοιχεία χαρακτήρα)
- Προσωπικές εμπειρίες μητρότητας

### ***Η ζωή της β.μ. στην καθημερινότητα***

- Βοηθός μητρότητας και μαμά (ισορροπίες ανάμεσα στους δύο ρόλους, υποστηρικτικό πλαίσιο οικογένειας, διαχείριση χρόνου, παραμέληση εαυτού/οικογένειας)
- Αυτο-φροντίδα (πλαίσιο φροντίδας εαυτού)
- Εξάντληση (αναγνωρίζοντας τα σημάδια, πρόληψη)
- 'Σε αναμονή τοκετού' (καθημερινότητα, οργάνωση κ.α.)
- Έκθεση σε τραύμα (διαχείριση, υποστήριξη και αντιμετώπιση)

**Για δηλώσεις συμμετοχής:** [training@mitrotita.org](mailto:training@mitrotita.org) ή στο τηλέφωνο 6972883732.

## ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΡΙΩΝ:

### **Ευτυχία Τοπούζη**

*Πιστοποιημένη βοηθός μητρότητας, εκπαιδύτρια περιγεννητικής αγωγής Hypnobirthing DipHB(KGH), εκπαιδύτρια βρεφικού μασάζ IAIM, μέλος της Εκπαιδευτικής Επιτροπής του Συλλόγου Βοηθών Μητρότητας*

Γεννήθηκα και μεγάλωσα στην Αθήνα. Σπούδασα Επικοινωνία & Δημόσιες Σχέσεις και εργάστηκα στο χώρο του Marketing και της Επικοινωνίας για περισσότερο από 10 χρόνια αναλαμβάνοντας τόσο διεθνείς όσο και εγχώριους λογαριασμούς πελατών.

Κατά τη διάρκεια αυτών των ετών έγινα μητέρα, αποκτώντας δυο σημερινούς έφηβους νέους και μια κόρη που είναι πλέον 5 ετών. Οι προσωπικές μου εμπειρίες μητρότητας στάθηκαν το έναυσμα για να αφήσω τα γνώριμα μονοπάτια της διαφήμισης και να αφοσιωθώ στην περιγεννητική φροντίδα των οικογενειών.

Έτσι, με την κόρη μου στο μάρσιπο, το 2013 πραγματοποίησα την εκπαίδευσή μου ως βοηθός μητρότητας στον Σύλλογο Βοηθών Μητρότητας Ελλάδος και στα χρόνια που μεσολάβησαν μέχρι σήμερα συνέχισα στον Βρετανικό Οργανισμό Red Tent Doulas και τον Αμερικάνικο Οργανισμό DONA International.

Το 2014 δημιούργησα το BLOSSOM και έκτοτε συντροφεύω τις οικογένειες, παρέχοντας τις υπηρεσίες μου, στο προσωπικό τους ταξίδι στη γονεϊκότητα από την περίοδο της εγκυμοσύνης έως και τους πρώτους μήνες μετά τη γέννηση του παιδιού.

Πιστεύοντας στη συνεχή προσωπική εξέλιξη και επιμόρφωση. Οι επιπλέον εκπαιδύσεις που έχω λάβει περιλαμβάνουν το βρεφικό μασάζ, την περιγεννητική αγωγή Hypnobirthing, ενώ έχω συμμετάσχει σε διάφορα επιμορφωτικά εργαστήρια και σεμινάρια όπως το “Conversations with the Womb” με τη Giuditta Tornetta, το “Birthlight Yoga Study Day for Maternity Health Professionals” με τη Françoise Freedman κ.α.. Είμαι μέλος του Βρετανικού Hypnobirthing Association και ιδρύτρια του HypnoBirthing Greece.

Είμαι η επίσημη Ελληνίδα εκπρόσωπος για το Ευρωπαϊκό δίκτυο περιγεννητικών οργανισμών (ENCA), συν-εκπρόσωπος για το Ευρωπαϊκό δίκτυο βοηθών μητρότητας (EDN) και ενεργό μέλος του Συλλόγου Βοηθών Μητρότητας Ελλάδος.

Αποστολή μου είναι η κάθε οικογένεια να έχει πρόσβαση στην τεκμηριωμένη και ολοκληρωμένη ενημέρωση, να κάνει συνειδητές επιλογές για τα μέλη της και να απολαμβάνει το σεβασμό και τη φροντίδα, που της αξίζει, ανεξαρτήτως συνθηκών.

Η ενασχόλησή μου με την εκπαίδευση επαγγελματιών έχει ως κίνητρο τη βαθιά μου πεποίθηση, πως επαγγελματίες περιγεννητικής φροντίδας με ολοκληρωμένη εκπαίδευση, σίγουροι για τις ικανότητές τους, έχοντας τα κατάλληλα εφόδια, μπορούν να συμβάλλουν και αρμονικά να συμπορευτούν προς το κοινό όραμα: Μια ειρηνική, υγιής κοινωνία με ευτυχισμένους ανθρώπους.

## **Μαρία Ανδρεουλάκη**

*Διεθνώς πιστοποιημένη βοηθός μητρότητας CD(DONA) & εκπαιδύτρια βοηθών μητρότητας BDT(DONA), συντονίστρια της Εκπαιδευτικής Επιτροπής του Συλλόγου Βοηθών Μητρότητας*

Η πορεία μου στον περιγεννητικό χώρο ξεκίνησε πριν από δύο δεκαετίες, με αφορμή την πρώτη μου εγκυμοσύνη. Μετά τη γέννηση της κόρης μου ευαισθητοποιήθηκα και δραστηριοποιήθηκα ενεργά στον χώρο της περιγεννητικής φροντίδας, 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*.

Έχω συμμετάσχει σε διάφορα εκπαιδευτικά προγράμματα βοηθών μητρότητας - *Paramana-Doula Course* με τον Michel Odent, *BirthLove Doula Course* με τη Gloria Lemay, *DONA International* με τη Debra Bonaro Pascali, *Loving the Mother Doula Course* με τη Robin Lim & Giuditta Tometta, *Red Tent Doula Course* με τη Nicola Goodall. Βρήκα στήριξη και έμπνευση για τη δουλειά μου μέσα από τη σπουδή των θεραπευτικών μεθόδων Ρέικι, Ρεφλεξολογίας και Ήπιας Βιο-Ενεργειακής, όπως και από τις σπουδές μου στη μουσική και τον χορό. Για αρκετά 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, εμπύχωση ομάδων, έρευνα, δικτύωση, μεταφράσεις και επιμέλεια σχετικών άρθρων και συμμετοχή σε εκπαιδευτικά προγράμματα και εθελοντικά κοινωνικά δίκτυα.

Είμαι η επίσημη Ελληνίδα εκπρόσωπος για τον διεθνή οργανισμό *DONA International*, τη διεθνή πρωτοβουλία ΜητέραΒρέφος-Γέννηση (*International MotherBaby Childbirth Initiative IMBCI*), το Ευρωπαϊκό δίκτυο βοηθών μητρότητας (*European Doula Network EDN*) και πρόεδρος του *Συλλόγου Βοηθών Μητρότητας*.

Μου αρέσει να τραγουδάω και να χορεύω με αγαπημένη παρέα, 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, ζώντας μια ζωή πληρότητας και ευτυχίας.