

## ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΒΟΗΘΩΝ ΜΗΤΡΟΤΗΤΑΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ 2019

Οργάνωση: Σύλλογος Βοηθών Μητρότητας Ελλάδος

### Σεμινάριο επαγγελματικής ταυτότητας & επιχειρηματικότητας της βοηθού μητρότητας

(η παρακολούθηση του σεμιναρίου αποτελεί μία από τις προϋποθέσεις για πιστοποίηση)

Σάββατο 30 Νοεμβρίου & Κυριακή 1 Δεκεμβρίου 2019

Ώρες: 10:00 – 18:00

**Εκπαιδευτριες:** Ευτυχία Τοπούζη, Μαρία Ανδρεουλάκη

**Τόπος διεξαγωγής:** Κέντρο Ψυχολογίας Bienestar, Βασ. Όλγας 181 (25ης Μαρτίου),  
5ος όροφος, [www.kentrobienestar.com](http://www.kentrobienestar.com) (ο χώρος είναι προσβάσιμος σε ΑμεΑ)

#### **Κόστος συμμετοχής:**

- Έγκαιρη εξόφληση συμμετοχής με έκπτωση και αποπληρωμή έως και τις 9 Νοεμβρίου 2019: 170€.
- Εξόφληση συμμετοχής από τις 10 Νοεμβρίου 2019 και μετά: 200€.
- Υπάρχει η δυνατότητα ευκολιών πληρωμής. Επικοινωνήστε μαζί μας για λεπτομέρειες.

#### **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 του συλλόγου ή αναγνωρισμένου φορέα του εξωτερικού.

#### **Σε ποιες απευθύνεται:**

- Σε βοηθούς μητρότητας που βρίσκονται σε διαδικασία πιστοποίησης του συλλόγου
- Σε πιστοποιημένες βοηθούς μητρότητας που θέλουν να διευρύνουν, να ανανεώσουν και να εμβαθύνουν τις γνώσεις και την εμπειρία τους

- Σε βοηθούς μητρότητας που έχουν παρακολουθήσει άλλα εκπαιδευτικά προγράμματα του εξωτερικού και θέλουν:
  - να δραστηριοποιηθούν και να δικτυωθούν με βοηθούς μητρότητας στην Ελλάδα
  - να γνωρίσουν πώς λειτουργεί το σύστημα περιγεννητικής φροντίδας
  - να εκπαιδευτούν στον δεοντολογικό κώδικα και εύρος πρακτικής των βοηθών μητρότητας στην Ελλάδα.

Σε αυτές τις περιπτώσεις μπορούν να συμπληρώσουν κάποιες ώρες/θέματα που δεν έχουν καλύψει στην εκπαίδευση που έχουν ήδη παρακολουθήσει.

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

- ο Παράγοντες θρησκευτικοί, πολιτικοί, οικονομικοί, φυλετικοί, κοινωνικοί, σεξουαλικοί, υγείας, εκπαίδευσης
- ο Παραπομπή σε συναδέλφους 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 προσωπική ζωή (ισορροπίες ανάμεσα στους 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 πληροφορίες και δηλώσεις συμμετοχής:** ηλεκτρονικά στο [training@mitrotita.org](mailto:training@mitrotita.org)

### **ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΑ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΡΙΩΝ:**

#### **Ευτυχία Τοπούζη**

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

Γεννήθηκα και μεγάλωσα στην Αθήνα. Σπούδασα Επικοινωνία & Δημόσιες Σχέσεις και εργάστηκα στο χώρο του Marketing και της Επικοινωνίας για περισσότερο από 10 χρόνια. 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, 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.

Επιπλέον εκπαιδεύσεις 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.ά. 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.

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 & εκπαιδύτρια βοηθών μητρότητας CD/BDT(DONA), συντονίστρια της Εκπαιδευτικής Επιτροπής του Συλλόγου Βοηθών Μητρότητας Ελλάδος*

Η πορεία μου στον περιγεννητικό χώρο ξεκίνησε το 1995, 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 και των ομάδων *BirthVoice* και *ENCA Hellas*.

Έχω συμμετάσχει σε διάφορα εκπαιδευτικά προγράμματα βοηθών μητρότητας από φορείς του εξωτερικού. 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 με πάθος στον περιγεννητικό χώρο ως πρόεδρος του Συλλόγου Βοηθών Μητρότητας Ελλάδος, εκπρόσωπος σε διεθνή συνέδρια (π.χ. *DONA International, European Doula Network*), συμβάλλοντας με μεταφράσεις, διοργάνωση, παρακολούθηση και συμμετοχή σε δράσεις για το αναφαίρετο δικαίωμα των ανθρώπων για ένα καλό ξεκίνημα της ζωής.

Μητέρα δύο ενηλίκων παιδιών, 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.