



ANLAGE A „INHALTE DER GEBURTSVORBEREITUNGSKURSE“  
 ALLEGATO A “CONTENUTI DEL CORSO DI PREPARAZIONE AL PARTO”

Dienst für Basismedizin – Gesundheitsprävention  
 Servizio di Medicina di Base – Distretti Sanitari

**1. EINHEIT: (3 Stunden) Kennenlernen und Wahrnehmung des eigenen Körpers**  
**1. UNITÀ: (3 ore) Conoscersi e prendere coscienza del proprio corpo**

Ziel Objetivo	Wer Chi	Inhalte Contenuti	Methode/Wie Metodo / Come	Material Materiale	Zeit Tempo
Gemeinschaftsgefühl stärken und fördern	Hebamme*	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kennenlernen der Kursleiterinnen und der TN untereinander</li> <li>- Kurskonzept</li> <li>- Anwesenheitsliste</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gespräche im Kreis sitzend:</li> <li>- Förderung der aktiven Beteiligung aller TN</li> <li>- aktives Zuhören</li> <li>- jedem TN Raum und Zeit geben</li> <li>- Eisbrecherübungen</li> </ul>	Kärtchen, Stifte, Farben, Plakate, Flipchart, Matten, Kissen	30 Min.
Creare uno spazio sociale di condivisione e confronto tra le partecipanti	Ostetrica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- presentazione del conduttore, del corso e dei partecipanti</li> <li>- articolazione degli incontri</li> <li>- lista presenze</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Disposizione e dinamica circolare:</li> <li>- conduzione attivante, contenitiva</li> <li>- ascolto attivo</li> <li>- spazio di espressione per ognuno</li> <li>- rompighiaccio</li> </ul>	cartoncini, cartelloni, penne, colori, flipchart, materassini, cuscini	
Erwartungen und Bedürfnisse der TN ermitteln und aufzeigen	Hebamme	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erwartungen und Bedürfnisse</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Brainstorming</li> <li>- schriftlich mit Kärtchen</li> <li>- offene Fragen</li> </ul>		50 Min.
Far emergere le aspettative e i bisogni dei partecipanti	Ostetrica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- aspettative e bisogni</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- brainstorming</li> <li>- per iscritto</li> <li>- domande aperte</li> </ul>		



Ziel Obiettivo	Wer Chi	Inhalte Contenuti	Methode/Wie Metodo / Come	Material Materiale	Zeit Tempo
<p>Erfahrungsaustausch über die Körperwahrnehmung und die individuellen Bedürfnisse erkennen</p> <p>Prendere coscienza dell'esperienza corporea e conoscere i propri bisogni</p>	<p>Hebamme</p> <p>Ostetrica</p>	<p>Abschlussrunde:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- eigenes Befinden und Erfahrungen austauschen</li> </ul> <p>Chiusura:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- condivisione: vissuti personali/esperienza</li> </ul>	<p>Gespräch im Kreis Fragestellung: Wie fühle ich mich?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Feedback</li> <li>• freie Äußerungen</li> <li>• Erfahrungsaustausch</li> </ul> <p>Disposizione a cerchio</p> <p>Domanda: come mi sento?</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Feedback</li> <li>• libere espressioni</li> <li>• scambio di esperienze</li> </ul>		<p>10 Min.</p>
<p>proprie potenzialità</p>					



Südtiroler  
 Sanitätsbetrieb

Azienda Sanitaria  
 dell'Alto Adige

Azienda Sanitaria de Sudtiroi

GESUNDHEITSBEZIRK BOZEN  
 Territorialer Bereich

COMPENSORIO SANITARIO DI BOLZANO  
 Area Territoriale

Dienst für Basismedizin - Gesundheitssprengel

Servizio di Medicina di Base – Distretti Sanitari

## 2. EINHEIT (3 Stunden): Paartreffen – die Geburt - Begleitung und Stärkung der Elternrolle 2 UNITÀ (3 ore): Incontro di coppia – la nascita – accompagnamento alla genitorialità

Ziel Obiettivo	Wer Chi	Inhalte Contenuti	Methode/Wie Metodo / Chi	Material Materiale	Zeit Tempo
Erwartungen und Bedürfnisse der TN (Paare/Begleitpersonen) ermitteln und wahrnehmen  Creare uno spazio sociale di condivisione e confronto tra tutti i partecipanti	Hebamme  Ostetrica	- Kennenlernen der TN - Erwartungen und eigene Bedürfnisse  - Präsentation der Teilnehmer - aspettative e bisogni	Gespräche im Kreis sitzend: Austausch zur Schwangerschaft und veränderte Rolle zum Vater, Eltern werden  Dispositione e dinamica circolare: scambio di pensieri / vissuti della gravidanza, diventare padre, genitori	Matten, Kissen  cuscini, materassini	20 Min.
Mutter-Kind-Einheit / Bindung fördern und stärken	Hebamme	Mutter-Kind-Einheit: - Bindung - Die 5 Sinne des Kindes	GRUPPENARBEIT DER VÄTER: - Schriftlich auf folgende Fragen antworten: „Wie sind Mutter-Kind miteinander verbunden?“ „Wie kann diese Bindung gestärkt werden?“ „Was kann und fühlt das Kind im Bauch?“ - Vortragen und gemeinsame Diskussion	Kärtchen, Stifte, Flipchart	40 Min.
Promuovere e favorire il legame madre-bambino	Ostetrica	Il proprio sapere: - unità madre-bambino - i 5 sensi del nascituro	LAVORO DI GRUPPO PADRI: - Rispondere per iscritto alle seguenti domande:	cartellone, penne, flipchart	

			<p>„Come sono collegati madre e bambino?“          „Come si può rafforzare questo legame?“          „Cosa sa fare e cosa sente il bambino nella pancia?“          - Esposizione e verbalizzazione dei lavori nel gruppo grande</p>		
<p>Wirkung und Sinn des physiologischen Schmerzes bewusst werden und dessen Bewältigung</p>	Hebamme	<p>- die Wirkung des Schmerzes (psychisch und physisch)          - Schmerzbewältigung mit natürlichen Ressourcen          - Information und Förderung der periduralen Analgesie im Kreißsaal (PDA)</p>	<p>GRUPPENARBEIT DER MÜTTER:          - Schriftlich auf folgende Fragen antworten:          „Welche Bedeutung hat der Schmerz?“          „Wie kann ich den Schmerz während der Geburt erleichtern?“          - Vortragen und gemeinsame Diskussion in der Großgruppe</p>		
<p>Preparare e motivare al dolore fisiologico</p>	Ostetrica	<p>La funzione del dolore:          - carattere fisiologico          - carattere psicologico          Contenimento del dolore con risorse naturali          -informazione e promozione dell'analgesia peridurale in sala parto</p>	<p>LAVORO DI GRUPPO MADRI:          - Rispondere per iscritto alle seguenti domande:          „Il significato del dolore?“          „Come posso alleviare il dolore durante il travaglio?“          - Esposizione dei lavori e verbalizzazione dei lavori nel gruppo grande</p>		
<p>Die physiologischen Prozesse, die endogenen Ressourcen, die Kompetenz der Mutter/des Kindes kennenlernen und aktivieren lernen; Vertrauen, Kompetenzen und Autonomie fördern</p>	Hebamme	<p>Die Phasen der Geburt:          - physisch          - emotional          - hormonell          Anpassung des Verhaltens und endogene Ressourcen der Frau          Aufgaben der Hebamme          Rolle des Partners          Notwendiges für das KH (Krankenhaus),          Nabelschnurblutspende          Kurze Erklärung von Sectio, VE, Kristeller Handgriff</p>	<p>Frontalunterricht mit offenen Fragen. Globale und vollständige Informationsübermittlung (rational, physisch, emotional).          Aktive Übungen: Geburtspositionen und Massagen</p>	<p>- Geburtsatlas          - Phantom (Plazenta, Nabelschnur, Fet, Becken)</p>	60 Min.
<p>Conoscere e attivare i</p>	Ostetrica		<p>Lezione frontale intervallata con domande</p>	<p>- Atlante da parto</p>	

<p>processi fisiologici, le risorse endogene, le competenze della donna/del bambino e come attivarle; rafforzare la fiducia, competenza, autonomia</p>		<p>Le fasi e i tempi del travaglio dal punto di vista:  - Fisico  - Emotivo  - Ormonale  Adattamento comportamentale e risorse endogene della donna  Compito dell'ostetrica  Ruolo del marito.  Donazione del sangue cordone  Occorrente per l'ospedale  Accenno TC, Kristeller, VO</p>	<p>aperte. Informazione saturata/globale, razionale-nozionistica, corporea, emozionale.  Esercitazione attiva: posizioni e massaggi</p>	<p>- Ausili didattici (placenta, feto, bacino)</p>	
<p>Über Körperwahrnehmung mit dem Kind Kontakt aufnehmen und die Lage des Kindes er spüren</p>	<p>Hebamme</p>	<p>- Taktile Wahrnehmung</p>	<p>- Leopold'sche Handgriffe erklären  - Die TN führen die Leopold'schen Griffe an paarweise durch  - verbaler Austausch über das Gefühle</p>		<p>15 Min.</p>
<p>Promuovere la relazione con il bambino e percepire la posizione del feto</p>	<p>Ostetrica</p>	<p>- sentire il bambino tramite il tatto</p>	<p>- spiegare e mostrare le manovre di Leopold  - sperimentazione nella coppia  - breve scambio verbale dell'esperienza</p>		
<p>Konzentrationskraft und das "in sich hineinsehen/fühlen" steigern; unterscheiden können über Anspannung und Entspannung, die eigene Atmung erkennen und hinleiten</p>	<p>Hebamme</p>	<p>Entspannung und Atmung</p>	<p>Das Paar:  - Entspannungs- und Atemübung mit Fantasie und Vorstellungen  - Visualisierung und Kontakt zum Kind</p>	<p>CD Player</p>	<p>30 Min.</p>
<p>Aumentare la capacità di concentrazione, capacità di entrare dentro di sé; saper distinguere stati di tensione da stati di rilassamento; conoscere e indirizzare la</p>	<p>Ostetrica</p>	<p>Rilassamento e respirazione</p>	<p>La coppia:  - esercizio di rilassamento e respirazione; lavoro in silenzio usando la fantasia e l'immaginazione  - visualizzazione e contatto con il bambino.</p>	<p>lettore CD</p>	

propria respirazione					15 Min.
Bewusstwerden der gemachten Erfahrung, spezielle Bedürfnisse erkennen	Hebamme	Abschlussrunde: - eigenes Befinden und Erfahrungen	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gespräch im Kreis</li> <li>- Fragestellung: Wie fühle ich mich? Wie habe ich meinen Partner mein Kind gespürt? <ul style="list-style-type: none"> <li>• Feedback</li> <li>• freie Äußerungen</li> <li>• Erfahrungsaustausch</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Disposizione a cerchio:</li> <li>- Domanda: Come mi sento? Come ho sentito il mio partner e il mio bambino? <ul style="list-style-type: none"> <li>• Feedback</li> <li>• Libere espressioni</li> <li>• Scambio di esperienze</li> </ul> </li> </ul>	

Für das Paar zu Hause: Jeder TN schreibt seine und die Bedürfnisse des Partners während der Geburt auf. Das Paar konfrontiert sich zu Hause über die Unterstützungsmöglichkeiten während der Geburt und präsentiert dies der Gruppe beim nächsten Treffen.  
 Per la coppia da svolgere a casa: stilare singolarmente, elenco dei bisogni propri e dell'altro durante il travaglio. In seguito, confronto nella coppia e sunto dei bisogni comuni da presentare al gruppo durante il prossimo incontro.

Dienst für Basismedizin - Gesundheitsprägenel

Servizio di Medicina di Base – Distretti Sanitari

### 3. EINHEIT (3 Stunden): Paartreffen – das Wochenbett - Begleitung und Stärkung der Elternrolle 3 UNITÀ (3 ore): Incontro di coppia – il puerperio – accompagnamento alla genitorialità

Ziel Obiettivo	Wer Chi	Inhalte Contenuti	Methode/Wie Metodo / Chi	Material Materiale	Zeit Tempo
Gruppendynamik fördern An die letzte Einheit anknüpfen (Fragen) Die Bedürfnisse des Anderen/des Paares erkennen	Hebamme	Vorstellung der "Hausaufgabe"	Gespräch im Kreis sitzend: - Aktives Zuhören - Hilfestellung - Jedes Paar präsentiert seine Hausaufgabe. - Diskussion in der Gruppe mit offenen Fragen	Matten, Kissen	25 Min.
Ricareare gruppo Ricollegarsi all'unità precedente (dubbi e domande) Prendere coscienza dei bisogni dell'altro/coppia	Ostetrica	Esposizione del compito eseguito a casa	Disposizione circolare: - Ascolto attivo - facilitazione, contenimento - ogni coppia presenta il sunto - discussione in gruppo con domande aperte	materassini, cuscini	
Das NG empfangen, das Bonding (Annahme, Anpassung und Bindung) und das Stillen fördern	Hebamme	- erstes Anlegen an die Brust und Bonding im Kreißaal - eine Familie wird gegründet - Physiologie des Post Partums (Dammnaht, Plazentaperiode): physische, emotional und hormonelle Veränderungen	- Frontalunterricht mit offenen Fragen - Globale und vollständige Informationsübermittlung (rational, physisch, emotional) - Möglichkeiten zur praktischen Übung		25 Min.



<p>Promozione dell'accogliamento, adattamento, attaccamento. (bonding) e dell'allattamento al seno</p>	<p>Ostetrica-</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- das imaginäre Kind erkennen</li> <li>- Aktivierung der Sinne</li> <li>- Stillen/Saugen</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- primo attacco al seno in sala parto e bonding</li> <li>- si crea una famiglia</li> <li>- fisiologia del post partum: modificazioni (secondamento, sutura) fisiche, emotive e ormonali</li> <li>- riconoscimento del bambino immaginario</li> <li>- contatto, attivazione dei sensi, suzione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- lezione frontale intervallata con domande aperte</li> <li>- informazione saturata/globale, razionale-nozionistica, corporea, emozionale</li> <li>- possibilità di sperimentazione personale</li> </ul>		<p>15 Min.</p>
<p>Die Erkenntnis fördern, dass der Bindungsaufbau Zeit braucht</p>	<p>Hebamme</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Respekt über die Individualität und der Einmaligkeit der Beziehung</li> <li>- Möglichkeiten um das Bonding zu fördern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Frontalunterricht mit offenen Fragen</li> <li>- Globale und vollständige Informationsübermittlung (rational, physisch, emotional)</li> <li>- Frage: welches Adjektiv beschreibt den Charakter deines Kindes?</li> <li>- Wie nehme ich heute mein Kind wahr?</li> </ul>		<p>15 Min.</p>
<p>Favorire la consapevolezza della necessità di tempo per costituire il legame di attaccamento</p>	<p>Ostetrica</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rispetto dell'individualità dei tempi e dell'unicità del rapporto</li> <li>- modalità per favorire il bonding</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- lezione frontale intervallata con domande aperte</li> <li>- informazione saturata/globale, razionale-nozionistica, corporea, emozionale</li> <li>- Domanda: Quale aggettivo descrive il carattere del mio bimbo/a?</li> <li>- Come percepisco oggi il mio bambino?</li> </ul>		<p>15 Min.</p>

Gefühlsschwankungen im Wochenbett erkennen und verstehen	Hebamme	Vorbereitung auf die psychischen Veränderungen: - Baby blues - Wochenbettdpression (Mütter und Väter)	- Frontalunterricht mit offenen Fragen - Globale und vollständige Informationsübermittlung		15 Min.
Riconoscere e capire i cambiamenti emotivi nel puerperio	Ostetrica	Preparare ai cambiamenti emotivi: - Baby blues - depressione post partum (mamma e papà)	- lezione frontale intervallata con domande aperte - informazione saturata/globale, razionale-nozionistica		
Unterstützung der Mutter beim Bindungsaufbau und ihr Wohlbefinden fördern	Hebamme	Liste der Hilfestellungen von Seiten des Partners/Familie im Haushalt	- BrainstorMin.g mit der Frage: "Wie kann ich meiner Partnerin helfen?" "Wie kann man das Bonding zwischen Vater und NG fördern?" - Wissenslücken füllen		20 Min.
Importanza del benessere della madre e del sostegno della triade nella costruzione del legame d'attaccamento	Ostetrica	Elenco delle possibili attività domestiche (e non) di competenza paterna/famiglie d'origine	- BrainstorMin.g con la domanda: " in quale modo posso aiutare/alleggerire la mia donna?" "come posso favorire il bonding fra papà e neonato?" - completare il sapere del gruppo		
Bewusstsein fördern über die neue Elternrolle	Hebamme	Veränderungen welche mit der Geburt des Kindes eintreten: - in der Partnerschaft (Sexualität) - mit den eigenen Eltern/Schwiegereltern (Großeltern)	- Schriftlich auf folgende Fragen antworten (in der Gruppe oder als Paar): "Welche Veränderungen bringt die Geburt meines Kindes mir, meinem Partner, uns als Paar, meinen Eltern/Schwiegereltern?" - Feedback	Blätter, Stifte	35 Min.
Creare consapevolezza genitoriale e dei nuovi ruoli	Ostetrica	Cambiamenti legati alla nascita del bambino - di coppia (sessualità) - di relazione con i rispettivi genitori (nonni) Costruzione nuova dimensione relazionale	- Lavoro di coppia o gruppo (papà/mamma) per iscritto rispondendo alla domanda: "Quali cambiamenti comporterà la nascita di mio figlio. In merito a me, il mio partner, la coppia, i miei genitori/suoceri?" - feedback	fogli, penne	

Kontaktaufnahme der Eltern mit dem Kind  Favorire il legame familiare (emozionale)	Hebamme  Ostetrica	Entspannung und Atmung  Rilassamento e respirazione	Das Paar: - sich selbst, den Partner und das Kind wahrnehmen - Fantasie und Vorstellungskraft einsetzen - den Partner miteinbeziehen  Sperimentazione di coppia: - approfondire la conoscenza di sé, dell'altro e del bambino - usare la propria fantasia e immaginazione - coinvolgimento del partner		25 Min.
Erfahrungsaustausch über die Körperwahrnehmung und die individuellen Bedürfnisse erkennen  Rendere consapevoli delle esperienze fatte Conoscere i bisogni specifici.	Hebamme  ostetrica	Abschlussrunde: - Eigenes Befinden und Erfahrungen  Chiusura: - vissuti personali e esperienze	Gespräch im Kreis: - Fragestellung: Wie fühle ich mich? Wie habe ich mein Kind und meinen Partner gespürt? • Feedback • freie Äußerungen • Erfahrungsaustausch  Disposizione a cerchio: - Domanda: Come mi sento? Come ho sentito il mio partner e il mio bambino? • Feedback • Libere espressioni • Scambio di esperienze		20 Min.



Südtiroler  
 Sanitätsbetrieb



Azienda Sanitaria  
 dell'Alto Adige

Azienda Sanitaria de Südtirol

GESUNDHEITSBEZIRK BOZEN  
 Territorialer Bereich

COMPENSAZIONE SANITARIA DI BOLZANO  
 Area Territoriale

Dienst für Basismedizin - Gesundheitssprengel  
 Servizio di Medicina di Base – Distretti Sanitari

#### 4. EINHEIT: (2 Stunden) BONDING UND STILLLEN

#### 4. UNITÀ: (2 ore) BONDING E ALLATTAMENTO

Ziel Obiettivo	Wer Chi	Inhalte Contenuti	Methode / Wie Metodo / Come	Material Materiale	Zeit Tempo
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gegenseitiges Kennenlernen</li> <li>- Erwartungen und Bedürfnisse der TN ermitteln und aufzeigen</li> </ul>	SA / KKP	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vorstellungsrunde</li> <li>- Präsentation der Inhalte</li> <li>- Erwartungen und Bedürfnisse der TN</li> </ul>	Gespräch im Kreis sitzend: <ul style="list-style-type: none"> <li>- die Referentin stellt sich vor und erklärt die Inhalte der Einheiten</li> <li>- Vorstellung der TN mit Formulierung der Erwartungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Stühle</li> <li>- Matten</li> <li>- Kissen</li> </ul>	15 Min.
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conoscersi a vicenda</li> <li>- Far emergere le esigenze e bisogni dei partecipanti</li> </ul>	AS / Inf. Ped.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Presentazione delle partecipanti e referente</li> <li>- presentazione dei contenuti</li> <li>- aspettative e bisogni</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- disposizione e dinamica circolare;</li> <li>- presentazione della referente e dei contenuti</li> <li>- presentazione dei partecipanti con formulazione delle aspettative</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sedie</li> <li>- materassini</li> <li>- cuscini</li> </ul>	

<p>- Die TN kennen den Gesundheitsdienst, die Beratungsstellen und die Mutter-Kind-Bereiche</p> <p>- Conoscere il Servizio Sanitario, Consultori materno-infantile e l'ambito materno-infantile</p>	<p>SA, KKKPF</p> <p>AS., Inf. Ped.</p>	<p>- Beratungsstellen im Mutter-Kind-Bereich</p> <p>- Impfungen</p> <p>- Consultorio materno-infantile</p> <p>- vaccinazioni</p>	<p>- Gespräch im Kreis sitzend: Vorstellung der Beratungsstellen, Kindergesundheitsbüchlein</p> <p>- disposizione e dinamica circolare: Presentazione dei Servizi Sanitari, Libretto Sanitario del bambino</p>	<p>- Kindergesundheitsbüchlein</p> <p>- Flyer des Gesundheitsspiegels (Öffnungszeiten der Beratungsstellen)</p> <p>- Libretto sanitario del bambino</p> <p>- flyer del distretto sanitario (apertura dei consultori)</p>	<p>5 Min.</p>
<p>- Die TN kennen die Bedeutung des Stillens/MM und deren Vorteile</p> <p>- I partecipanti conoscono l'importanza e i vantaggi dell'allattamento / latte materno</p>	<p>SA, KKKPF</p> <p>AS., Inf. Ped.</p>	<p>Vorteile des Stillens / MM:</p> <p>- allgemeine</p> <p>- für die Mutter</p> <p>- für das Kind</p> <p>Vantaggi dell'allattamento / LM:</p> <p>- in generale</p> <p>- per la madre</p> <p>- per il bambino</p>	<p>- Gespräch im Kreis sitzend</p> <p>Fragstellung an die Gruppe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Welche Erfahrungen / Wissen in Bezug auf die Vorteile des Stillens bringen Sie mit?</li> <li>• Schriftliche Einzelarbeit oder Partnerarbeit</li> <li>• Vorstellung der Gruppenarbeit</li> </ul> <p>- Austausch und Ergänzung der Wissensstücken</p> <p>- disposizione e dinamica circolare</p> <p>Domanda al gruppo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Quale esperienza / conoscenza avete in riferimento ai vantaggi dell'allattamento?</li> <li>• Lavoro per iscritto singolo / in coppia</li> <li>• Presentazione del lavoro</li> </ul> <p>- scambio di esperienze con integrazione da parte del conduttore</p>	<p>- Kärtchen</p> <p>- Stifte</p> <p>- Flipchart</p> <p>- cartellini,</p> <p>- penne</p> <p>- flipchart</p>	<p>20 Min.</p>
<p>- Die TN kennen:</p> <p>- Aufbau der Brust und die Milchbildung</p> <p>- die Wichtigkeit des Kolostrums</p> <p>- die Zeichen des</p>	<p>SA, KKKPF</p>	<p>- Aufbau der Brust</p> <p>- Milchbildungshormone und deren Wirkung</p> <p>- Kolostrum</p> <p>- Milcheinschuss</p> <p>- Zusammensetzung der</p>	<p>• Offene Fragen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Austausch mit Einzelbeziehung der Erfahrung von eventuellen anwesenden Mehrgebärenden</li> </ul>	<p>- Overheadprojector</p> <p>- PowerPoint Präsentation</p>	

<p>Milcheinschusses</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- die Zusammensetzung der Muttermilch</li> </ul>		<p>Muttermilch</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• domande aperte</li> <li>• scambio di esperienze con valorizzazione del sapere delle eventuali pluripare presenti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Overheadprojector</li> <li>- Presentazione PowerPoint</li> </ul>	<p>15 Min.</p>
<p>I partecipanti conoscono:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anatomia del seno e la produzione del latte</li> <li>- l'importanza del colostro</li> <li>- i segni della montata lattea</li> <li>- composizione del latte materno</li> </ul>	<p>AS., Inf. Ped.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Anatomia del seno</li> <li>- ormoni della produzione del latte e loro funzione</li> <li>- colostro</li> <li>- montata lattea</li> <li>- composizione latte materno</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Anleitung zur Entspannung, verbunden mit Bauchatmung und taktile Kontaktaufnahme zum Kind</li> <li>- Gesprächsform mit offenen Fragen</li> <li>- Erfahrungsaustausch</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Overheadprojector</li> <li>- PowerPoint</li> </ul>	<p>20 Min.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Förderung der Mutter-Kind-Bindung</li> <li>- Die TN kennen die Voraussetzungen für einen guten Stillbeginn</li> <li>- Promuovere il legame madre-bambino</li> <li>- Conoscere i presupposti facilitanti l'avvio dell'allattamento</li> </ul>	<p>SA, KKPf</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bonding</li> <li>- Erstes Anlegen</li> <li>- „Rooming-in und Bedding“</li> <li>- Stillen nach Bedarf</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Esercizio di rilassamento collegato alla respirazione addominale e contatto tattile col bambino</li> <li>- Scambio di informazioni con domande aperte</li> <li>- Scambio di esperienze</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Overheadprojector</li> <li>- Presentazione</li> </ul>	<p>25 Min.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die TN erwerben theoretische und praktische Kenntnisse über Trinken an der Brust und Stillpositionen</li> </ul>	<p>SA, KKPf</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hungerzeichen des Kindes</li> <li>- verschiedene Stillpositionen</li> <li>- Korrektes Anlegen</li> <li>- Verlauf einer Stillmahizeit</li> <li>- Zeichen für gutes Gedeihen</li> <li>- Cluster-Feeding</li> <li>- Wachstumsschübe</li> <li>- Brustmassage</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gesprächsform mit offenen Fragen</li> <li>- Praktische Übungen der Stillpositionen</li> <li>- Vorzeigen der Brustmassage</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Puppe</li> <li>- Stillkissen</li> </ul>	<p>25 Min.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Acquisizione di conoscenze teoriche/pratiche sull'allattamento al seno e posizioni</li> </ul>	<p>AS., Inf. Ped</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Segni di fame</li> <li>- allattamento in diverse posizioni</li> <li>- Attacco corretto</li> <li>- Poppata</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Scambio di esperienze con domande aperte</li> <li>- Esercitazioni pratiche (posizioni allattamento)</li> <li>- Dimostrazione del massaggio</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- bambola</li> <li>- cuscino per l'allattamento</li> </ul>	<p>25 Min.</p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- segni di accrescimento</li> <li>- Cluster-Feeding</li> <li>- scatti di crescita</li> <li>- massaggio del seno</li> </ul>	del seno		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die TN kennen die häufigsten Stillschwierigkeiten</li> <li>- Conoscere le possibili interferenze con l'allattamento al seno</li> </ul>	SA, KKP AS., Inf. Ped	<p>Vorbeugung und Behandlung:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Wunde Brustwarzen</li> <li>- Milchstau / Mastitis</li> <li>- zu wenig Milch</li> <li>- flache / hohle Brustwarzen</li> </ul> <p>Prevenzione e cura:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ragadi</li> <li>- ingorgo / mastite</li> <li>- poco latte</li> <li>- capezzoli piatti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gesprächsform mit offenen Fragen</li> <li>- Scambio di esperienze con domande aperte</li> </ul>		15 Min.
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vertiefung um das Thema "Stillen und Bonding"</li> <li>- Approfondimento sulla tematica "allattamento e Bonding"</li> </ul>	SA, KKP AS., Inf. Ped	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Abschlussrunde</li> <li>- Chiusura</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- kurze Zusammenfassung und offene Fragen zum Thema Stillen und Bonding</li> <li>- breve sintesi e domande aperte sulla tematica „allattamento e Bonding“</li> </ul>		5 Min.



Südtiroler  
Sanitätsbetrieb



Azienda Sanitaria  
dell'Alto Adige

Azienda Sanitaria de Sudtiroi

GESUNDHEITSBEZIRK BOZEN

COMPENSAZIONE SANITARIA DI BOLZANO

Territorialer Bereich

Area Territoriale

Dienst für Basismedizin – Gesundheitsprägenel  
Servizio di Medicina di Base – Distretti Sanitari

## 5. EINHEIT: (2 Stunden) Der Alltag mit dem Kind 5. UNITÀ: (2 ore) La quotidianità con il bambino

Ziel Obiettivo	Wer Chi	Inhalte Contenuti	Methode / Wie Metodo / Come	Material Materiale	Zeit Tempo
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gruppendynamik stärken</li> <li>- Wiederholung zum Thema Stillen</li> </ul>	SA / KKPF/Hebammen	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Einstiegsrunde und Wiederholung der vorhergehenden Einheit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gespräch im Kreis sitzend:</li> <li>- offenen Fragen und Ergänzung durch die Referentin</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Stühle</li> <li>- Matten, Kissen</li> <li>- Kärtchen</li> <li>- Stifte</li> </ul>	30 Min.
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ricreare gruppo</li> <li>- ripetizione della tematica allattamento</li> </ul>	Ass. San. Inf. Ped.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- apertura ripetizione dell'unità precedente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Disposizione dinamica circolare:</li> <li>- domande aperte</li> <li>- la referente completa il sapere del gruppo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sedie</li> <li>- cuscini</li> <li>- materassini</li> <li>- cartellini</li> <li>- penne</li> </ul>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die TN verstehen, dass das Weinen des Kindes "Kommunikation" / Interaktion" bedeutet</li> <li>- Stärkung der Mutter- / Elternrolle um ein weinendes Kind angepasst zu begleiten</li> <li>- Persönliche Einstellung zum Weinen des Kindes bewusst werden lassen</li> </ul>	SA/Hebammen KKPF	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mögliche Gründe für das Weinen des Kindes (Hunger, emotionale Nähe, Müdigkeit...)</li> <li>- Tragmöglichkeiten</li> <li>- Persönliche Haltung / Einstellung der Eltern (physisch und emotional) zum Weinen des Kindes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Simulation einer Schreislituation:</li> <li>• gemeinsames Erarbeiten der Situation mit der Fragestellung: Was passiert mit mir, wenn mein Kind längere Zeit weint?</li> <li>• Bedürfnisse des Kindes erkennen</li> <li>• Begleitung und Unterstützung für die Eltern</li> </ul>		



<p>- Prendere coscienza del significato del pianto del bambino (comunicazione / interazione)</p> <p>- Rafforzare il ruolo materno / genitoriale per accogliere il pianto del bambino</p> <p>- prendere coscienza del personale significato ed effetto del pianto del proprio</p>	<p>Ass. San. Inf. Ped.</p>	<p>- possibili cause per il pianto del bambino (fame, stanchezza, contenimento...)</p> <p>- fascia / marsupio</p> <p>- personale risposta / atteggiamento genitoriale (fisico/emozionale) in merito al pianto del proprio bambino</p>	<p>- Simulazione di una situazione di pianto:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• elaborazione della situazione con la domanda: Cosa suscita in me il pianto persistente del mio bambino?</li> <li>• Riconoscere i bisogni del bambino</li> <li>• accompagnamento e supporto ai genitori</li> </ul>	<p>- bambola</p>	<p>30 Min.</p>
<p>- Förderung der sensorischen und motorischen Entwicklung des Kindes bei täglichen Aktivitäten</p> <p>- I partecipanti concepiscono come favorire il bambino nel loro movimento.</p> <p>- Promozione dello sviluppo psicomotorio e sensoriale nelle attività quotidiane</p>	<p>SA KKPF</p> <p>Ass. San. Inf. Ped.</p>	<p>- Handling des NG z.B Wickeln, Baden, Positionsveränderung... - Autositz</p> <p>- Handling del neonato p. es: cambio pannolino, bagnetto, spostamenti ..... - seggiolino dell'auto</p>	<p>- Praktisches Vorzeigen an der Puppe</p> <p>- Praktische Übungen mit der Puppe</p> <p>- Informationen über die gesetzlichen Bestimmungen der Autositze</p> <p>- Dimostrazione pratica tramite la bambola</p> <p>- Esercitazione pratica individuale</p> <p>- Informazioni sulle norme legislative del seggiolino dell'auto</p>	<p>- Puppe</p> <p>- bambola</p>	<p>20 Min.</p>
<p>- Die TN erwerben Kenntnisse über die Körperpflege des Kindes</p> <p>- I partecipanti acquisiscono conoscenze in merito alla cura del corpo del bambino</p>	<p>SA KKPF</p> <p>Ass. San. Inf. Ped.</p>	<p>Körperpflege des Kindes: - Haut-, Nagel-, Nabel-, Augen-, Ohren- und Nasenpflege, Intimpflege</p> <p>Cura del corpo del bambino: - cute, unghie, ombelico, occhi, orecchi, naso, igiene intima</p>	<p>- offene Fragen</p> <p>- Praktisches Vorzeigen der Körperpflege</p> <p>- domande aperte</p> <p>- Dimostrazione pratica dell'igiene del corpo</p>	<p>- Puppe</p> <p>- Bambola</p>	<p>15 Min.</p>

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die TN kennen das unterschiedliche Schlafverhalten des Kindes</li> <li>- Kennen die Risikofaktoren und Vorbeugung des SIDS</li> <li>- Acquisire sapere in merito al sonno dei bambini</li> <li>- Conoscere fattori di rischio e prevenzione del SIDS</li> </ul>	<p>SA KKPF</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schlafbedürfnis</li> <li>- Schlafzyklus (REM-Phasen) und -rhythmus</li> <li>- SIDS: Risikofaktoren und Vorbeugung</li> <li>- fabbisogno del sonno</li> <li>- ciclo e ritmo del sonno (fasi REM)</li> <li>- SIDS: fattori di rischio e prevenzione</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- offene Fragen</li> <li>- domande aperte</li> </ul>		<p>15 Min.</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vertiefung um das Thema "Der Alltag mit dem Kind"</li> <li>- Approfondimento sulla tematica "la quotidianità con il bambino"</li> </ul>	<p>SA, KKPF AS., Inf. Ped</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Abschlussrunde</li> <li>- Chiusura</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- kurze Zusammenfassung und offene Fragen zum Thema „Alltag mit dem Kind“</li> <li>- breve sintesi e domande aperte sulla tematica „quotidianità con il bambino“</li> </ul>		<p>10 Min.</p>



Südtiroler  
 Sanitätsbetrieb  
 Azienda Sanitaria  
 dell'Alto Adige

Azienda Santera de Südtirol

GESUNDHEITSBEZIRK BOZEN  
 Territorialer Bereich  
 COMPENSO SANITARIO DI BOLZANO  
 Area Territoriale

Dienst für Basismedizin - Gesundheitssprengel  
 Servizio di Medicina di Base - Distretti Sanitari

## 6. EINHEIT: (2 Stunden) Treffen und Gespräche mit dem Basiskinderarzt/ärztin

### 6. UNITÀ: (2 ore) Incontro e colloqui col pediatra di libera scelta

Ziel Obiettivo	Wer Chi	Inhalte Contenuti	Methode/Wie Metodo/Come	Zeit Tempo
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rolle und Kompetenzen der Basiskinderärzte</li> <li>- Ruolo e competenze del pediatra di famiglia.</li> <li>- Die Voraussetzungen für ein Vertrauensverhältnis mit dem Basiskinderarzt/Basiskinderärztin schaffen</li> <li>- Creare i presupposti per instaurare un rapporto di fiducia col pls</li> </ul>	Basiskinder- arzt/ärztin  Pediatra libera scelta	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Broschüre der Dienstleistungen des Basiskinderarztes/der Basiskinderärztin</li> <li>- carta dei servizi per la pediatria/il pediatra di famiglia</li> <li>- bürokratische Prozeduren zur Einschreibung beim Basiskinderarzt/Basiskinderärztin, wann und wo die Dokumente erhältlich sind</li> <li>- regole "burocratiche " per l'iscrizione al pls-dove/quando ottenere I documenti necessari</li> <li>- Regeln für eine korrekte Benutzung der Dienstleistungen des Sanitätsbetriebes: Basiskinderarzt*innen/Pädiatrie, Abteilungen in den Krankenhäusern/ Erste Hilfe/ Bereitschaftsdienst</li> <li>- regole per il corretto utilizzo dei servizi sanitari nel rispetto dei diversi bisogni assistenziali: pls/reparti di pediatria/PS/continuità assistenziale</li> </ul>		

Ziel Obiettivo	Wer Chi	Inhalte Contenuti	Methode/Wie Metodo/Come	Zeit Tempo
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die Visiten in der Praxis: Der Einstieg in den Gesundheitspfad der Familie zusammen mit dem Basiskinderarzt/Basiskinderärztin</li> <li>- L'accesso ambulatoriale: quale percorso di salute inizierà la famiglia con il pls</li> </ul>	<p>Basiskinder- arzt/ärztin</p> <p>Pediatra libera scelta</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zeitpunkt der ersten Visiten und Aufteilung der 10 Vorsorgeuntersuchungen, die dem kleinen Patienten und seiner Familie als Unterstützung für eine gesunde und harmonische Entwicklung angeboten werden, von der Geburt an bis zum 14. Lebensjahr</li> <li>- Tempistica delle prime visite e inizio di un percorso con i 10 Bilanci di Salute offerti al piccolo paziente, per sostenere il bambino e la sua famiglia dalla nascita ai 14 anni</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Informationen an die Familie über eventuelle Varianten bei der Geburt: Frühgeburt, niedriges Gewicht, Aufenthalt in der Intensivstation für Neugeborene</li> <li>- Informare la famiglia sulle varianti alla nascita: prematurità, basso peso, TIN</li> </ul>	<p>Basiskinder- arzt/ärztin</p> <p>Pediatra libera scelta</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- kurze, allgemeine Infos über die Frühgeburt, Risikofaktoren, weswegen es dazu kommt, welche Komplikationen auftreten können, wer in der Intensivstation arbeitet, Selbsthilfegruppen für Familien mit Frühchen.</li> <li>- brevi accenni di: prematurità, rischio di prematurità, chi è il b. prematuro, perché un b. nasce prematuro, quali sono le sue difficoltà e problemi di salute? Dove è e chi lavora in TIN, il ritorno a casa, associazioni per famiglie con b.p rematuri</li> </ul>		

Ziel Obiettivo	Wer Chi	Inhalte Contenuti	Methode/Wie Metodo/Come	Zeit Tempo
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Assistenza des Neugeborenen auf der Geburtsstation:</li> <li>- assistenza al neonato in sezione neonatale:</li> <li>- RoomIn.g-in</li> <li>- fenomeni para fisiologici</li> <li>- parafisiologische Phänomene</li> </ul>	<p>Basiskinder- arzt/ärztin</p> <p>Pediatra libera scelta</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Infos zum Screening auf Stoffwechselerkrankungen, welche Krankheiten eingeschlossen werden, warum es gemacht wird.</li> <li>- informazione sullo screening metabolico, indicando per quali malattie è stato allargato</li> <li>- Vit D e Vit K: quando iniziare a quali dosi.</li> <li>- riflesso rosso ipoacusie</li> <li>- Vit D und K: wann beginnt man, in welcher Dosierung.</li> <li>- Roter Augenreflex, Hypoakusie</li> </ul>		

Ziel Objetivo	Wer Chi	Inhalte Contenuti	Methode/Wie Metodo/Come	Zeit Tempo
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Neugeborene mit besonderen Bedürfnissen im Hypoglykämie</li> <li>- Neonati con necessità particolari: ittero, ipoglicemia</li> <li>- Unterstützung der Mutter beim Stillen, sodass die Mutter sich sicher fühlt in folgenden Bereichen: Muttermilch, Wachstumskurve des Kindes</li> <li>- Sostenere la mamma nell'allattamento, permettere che la m. raggiunga una sicurezza su argomenti come: LM, corretto accrescimento del b.(curve di crescita)</li> <li>- Empfehlungen der WHO</li> <li>- Informazioni zur korrekten Körperhygiene</li> <li>- insegnare alla famiglia le corrette abitudini di cura (cute, ecc).</li> <li>- Vorbeugung des plötzlichen Kindstodes</li> <li>- prevenzione SIDS</li> </ul>	<p>Basiskinder- arzt/ärztin</p> <p>Pediatra libera scelta</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- physiologischer Gewichtsverlust, "genitale Krise", physiologischer Reflux, Schluckauf</li> <li>- Physiologischer Ikterus und dessen Behandlung</li> <li>- calo ponderale, crisi genitale, rigurgito, singhiozzo</li> <li>- cosa è l'ittero fisiologico, trattamento</li> <li>1) Bedeutung des Stillens</li> <li>2) Welche Pulvermilch als Substitution zur Muttermilch verwendet wird, falls notwendig</li> <li>3) Reguläre Gewichtszunahme des Kindes, wann besteht Grund zur Beunruhigung und wann nicht</li> <li>4) Zeitpunkt der Gewichtskontrollen</li> <li>1) importanza dell'allattamento,</li> <li>2) sostituti del LM</li> <li>3) crescita regolare del neonato: quando non allarmarsi</li> <li>4) tempistica dei controlli del peso</li> <li>- Raccomandazioni OMS</li> <li>- Pflege der Haut, vor allem der Windelregion und Nabelpflege</li> <li>- corretta cura della pelle e nello specifico della regione del pannolino; cura dell'ombelico e caduta del moncone ombelicale.</li> <li>- Wie ein Baby schlafen soll</li> <li>- come deve dormire il neonato</li> </ul>		

Ziel Obiettivo	Wer Chi	Inhalte Contenuti	Methode/Wie Metodo/Come	Zeit Tempo
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vermeidung des Shaking Baby Syndroms</li> <li>- evitare Shaking Baby</li> <li>- Vorbeugung von Unfällen im Haus und beim Transport</li> <li>- prevenzione degli incidenti domestici e di trasporto.</li> </ul>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Infos zum Schlafrhythmus des Babys und zu den wichtigsten Gründen des Wehrens</li> <li>- informare la famiglia sulla fisiologia del sonno, e sulle principali cause di pianto del neonato</li> </ul>	<p>BasisKinder- arzt/ärztin</p> <p>Pediatra libera scelta</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wieviel und wie soll es schlafen, weinen wegen Koliken oder zu wenig Milch? Wann den Kinderarzt/Kinderärztin aufsuchen? Alarmsignale?</li> <li>- quanto e come dovrebbe dormire, pianto del neonato (agalattia? coliche) quando recarsi dal/ pediatra? Quando allarmarsi?</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Die Impfungen: Sensibilisierung der Familie über die Wichtigkeit der Impfungen zum Schutz des eigenen Kindes, aber auch als Verantwortung gegenüber anderen, schwächeren Kindern mit chronischen Krankheiten.</li> <li>- Le vaccinazioni: sensibilizzare la famiglia sull'importanza delle vaccinazioni per la protezione del proprio bambino e come atto di responsabilità sociale verso i</li> </ul>	<p>BasisKinder- arzt/ärztin</p> <p>Pediatra libera scelta</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vorstellung der medizinischen Aspekte und Vorteile einer Verhinderung von Krankheiten die potenziell tödlich sein können</li> <li>- Presentazione dei vantaggi medici in termini di prevenzione di malattie potenzialmente pericolose per la vita.</li> <li>- Angeborene und erworbene Immunität</li> <li>- Immunità innata e acquisita</li> </ul>		

Ziel Objetivo	Wer Chi	Inhalte Contenuti	Methode/Wie Metodo/Come	Zeit Tempo
<p>bambini più deboli affetti da malattie croniche.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Der Impfkalender der Provinz</li> <li>- Il calendario vaccinale provinciale</li> <li>- Der Impfkalender fürs Leben</li> <li>- Il calendario vaccinale per la vita</li> <li>- Wahre und falsche Kontraindikationen für Impfungen; leichte und schwere Nebenwirkungen, unerwünschte Reaktionen</li> <li>- Controindicazioni vere e false alle vaccinazioni; effetti collaterali lievi e gravi; reazioni avverse</li> <li>- Konzept der Herdenimmunität</li> <li>- Concetto di immunità di gregge</li> <li>- Das Gesetz bezüglich Pflichtimpfungen</li> <li>- La legge sull'obbligo</li> </ul>		
<p>- Die Ernährung: Belkost</p> <p>L'alimentazione: lo svezzamento</p> <p>- Förderung der Gesundheit</p> <p>- azione di promozione della salute</p> <p>- Potentiell gefährliche Situationen: Welche sind die</p>	<p>Basiskinder- arzt/ärztin</p> <p>Pediatra libera scelta</p>	<p>- Informationen über die korrekte Einführung der Belkost</p> <p>- Nozioni sulla corretta introduzione degli alimenti solidi</p> <p>- Gesunde Angewohnheiten: Leben an der frischen Luft, Sport, gesunde Ernährung, Benutzung elektrischer Geräte in der Kindheit</p> <p>- Sane abitudini: vita all'aria aperta, sport, sana alimentazione, utilizzo di device elettronici nell'infanzia.</p>		



Ziel Obiettivo	Wer Chi	Inhalte Contenuti	Methode/Wie Metodo/Come	Zeit Tempo
<p>Dringlichkeiten in der Pädiatrie? Wann gibt es Grund zur Beunruhigung?</p> <p>- le prestazioni indifferibili: quali sono le urgenze in pediatria? quando la famiglia si deve allarmare?</p>		<p>- Das Fieber: Messelgenschaften, wann ist der Besuch beim Kinderarzt/Kinderärztin notwendig. Die Fieberkrämpfe, Erbrechen, Diarrhoe</p> <p>- La Febbre: come misurarla, quando potrebbe essere utile la visita dal/dalla pediatra. Le convulsioni febbrili, il vomito, la diarrea.</p>		



Südtiroler  
Sanitätsbetrieb



Azienda Sanitaria  
dell'Alto Adige

Azienda Sanitaria de Südtirol

GESUNDHEITSSREIZIJK BOZEN  
Territorialer Bereich

COMPENSATORIO SANITARIO DI BOLZANO  
Area Territoriale

Dienst für Basismedizin - Gesundheitsprengel

Servizio di Medicina di Base – Distretti Sanitari

## 7. EINHEIT (3 Stunden): das Wochenbett – der Beckenboden – das Neugeborene 7. UNITÀ (3 ore): il puerperio – il pavimento pelvico – il neonato

Ziel Obiettivo	Wer Chi	Inhalte Contenuti	Methode/Wie Metodo / Chi	Material Materiale	Zeit Tempo
Gruppendynamik fördern Einstieg in die vorhergehenden Einheiten (Zweifel und Fragen)	Hebamme	- Reflexionen - Feedback der letzten 2 Paartreffen	Gespräch im Kreis sitzend: Fragestellung: "Wie geht es mir? Wie haben die Partner die 2 Einheiten erlebt?"	Matten, Kissen	10 Min.
Riocreare gruppo Ricollegarsi all'unità precedente (dubbi e domande) Prendere coscienza dell'esperienza e dei bisogni dell'altro	Ostetrica	- riflessioni, verbalizzazioni - feedback sugli ultimi due incontri di coppia	Disposizione circolare. Domanda: "Come sto? Come hanno vissuto i vostri partner i due incontri precedenti?"	materassini, cuscini	
Die TN kennen die Physiologie des Wochenbettes	Hebamme	Lochian, Uterusrückbildung, Naht, Pflege und Hygiene des Intimbereichs usw.	Frontalunterricht mit offenen Fragen		15 Min.
Conoscere la fisiologia del puerperio	Ostetrica	lochi, involuzione uterina, sutura, la cura del perineo ecc.	Lezione frontale intervallata con domande aperte		

Die Veränderungen der Sexualität in der SS und nach der Geburt bewusst werden lassen	Hebamme	Information über Sexualität und Verhütung	Frontalunterricht mit offenen Fragen		15 Min.
Prendere coscienza dei cambiamenti in merito alla vita sessuale in gravidanza e dopo il parto	Ostetrica	Educazione globale alla salute sessuale e contraccezione	Lezione frontale intervallata con domande aperte		
Die TN erwerben Kenntnisse des Beckenbodens	Hebamme	Anatomie und Physiologie des Beckenbodens vor, während und nach der Geburt	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Frontalunterricht mit offenen Fragen</li> <li>- jede TN zeichnet den Beckenboden</li> <li>- praktische Übungen</li> </ul>	Phantom: Becken	45 Min.
Creare consapevolezza del pavimento pelvico	Ostetrica	Anatomia e fisiologia del pavimento pelvico prima, durante e dopo il parto	<ul style="list-style-type: none"> <li>- lezione frontale intervallata con domande aperte</li> <li>- ognuno disegna il PP</li> <li>- esercitazione pratica di sensibilizzazione e percezione dei 3 diaframmi</li> </ul>	ausili didattici: bacino	
Die Grundbedürfnisse des physiologischen Neugeborenen erkennen	Hebamme	Die Betreuung/Handhabung des Neugeborenen in den ersten Lebenswochen und seine Anpassung an das extrauterine Leben	<ul style="list-style-type: none"> <li>- BrainstormMin.g – Frage: "Was kann mein Kind als Neugeborenes?"</li> <li>Gemeinsame Antworten suche, Austausch.</li> <li>Die Hebamme ergänzt die Wissenslücken.</li> </ul>		25 Min.
Conoscere e rendere consapevoli dei bisogni fondamentali del neonato fisiologico	Ostetrica	Gestione del neonato nel primo periodo di adattamento alla vita extrauterina	BrainstormMin.g: Domanda: "Cosa è in grado di fare il mio bambino una volta nato?" Ricerca comune delle risposte, confronto, l'ostetrica completa il sapere del gruppo		

<p>Die Gesundheit von Mutter und Kind fördern</p>	<p>Hebamme</p> <p>Ostetrica</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- die ersten Tage nach der Geburt</li> <li>- gegenseitige Anpassung (Körperkontakt, Streicheleinheiten, Massage)</li> <li>- i primi giorni dopo il parto</li> <li>- adattamento reciproco (contatto fisico, carezze, massaggi)</li> </ul>	<p>Frontalunterricht mit offenen Fragen. Globale und vollständige Informationsübermittlung (rational, physisch, emotional).</p> <p>Lezione frontale intervallata con domande aperte. Informazione saturata/globale, razionale-nozionistica, corporea, emozionale.</p>		<p>30 Min.</p>
<p>Die eigenen Potenziale stärken um einen effizienten Beckenboden zu erhalten</p> <p>Aumentare le proprie potenzialità ed ottenere un pavimento pelvico efficiente</p>	<p>Hebamme</p> <p>Ostetrica</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Entspannung und Atmung mit Bezug auf den Beckenboden</li> <li>- die eigenen Kenntnisse vertiefen, Gebrauch der eigenen Fantasie und Vorstellung des Beckenbodens benützen</li> <li>- rilassamento e respirazione percezione del pavimento pelvico</li> <li>- approfondire la conoscenza di sé, usare la propria fantasia e immaginazione</li> </ul>	<p>Entspannungsübung und Atmung</p> <p>Esercizio di rilassamento e respirazione</p>		<p>20 Min.</p>
<p>Erfahrungsaustausch über die Körperwahrnehmung des Beckenbodens und die individuellen Bedürfnisse erkennen</p> <p>Rendere consapevoli delle esperienze fatte Conoscere i bisogni specifici.</p>	<p>Hebamme</p> <p>ostetrica</p>	<p>Abschlussrunde:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- eigenes Befinden und Erfahrungen</li> </ul> <p>Chiusura:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- vissuti personali ed esperienze</li> </ul>	<p>Gespräch im Kreis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fragestellung: "Wie fühle ich mich? Wie habe ich den Beckenboden gespürt?"</li> <li>- Feedback</li> <li>- freie Äusserungen</li> <li>- Erfahrungsaustausch</li> </ul> <p>Disposizione a cerchio:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Domanda: Come mi sento? Come ho percepito il mio pavimento pelvico?</li> <li>- Feedback</li> <li>- libere espressioni</li> <li>- scambio di esperienze</li> </ul>		<p>20 Min.</p>



Südtiroler  
 Sanitätsbetrieb  
 Azienda Sanitaria  
 dell'Alto Adige

Azienda Santera de Sudtiroi

GESUNDHEITSBEZIRK BOZEN  
 Territorialer Bereich  
 COMPENSO SANITARIO DI BOLZANO  
 Area Territoriale

Dienst für Basismedizin – Gesundheitsprägenel

Servizio di Medicina di Base – Distretti Sanitari

### 8. EINHEIT: (2,5 Stunden) Nachtreffen: Geburtserlebnis und die neuen Rollen in der Familie

#### 8. UNITA: (2,5 ore) incontro dopo parto: Esperienza del parto/nascita e i nuovi ruoli in famiglia

Ziel Obiettivo	Wer Chi	Inhalte Contenuti	Methode/Wie Metodo / Come	Material Materiale	Zeit Tempo
Gruppendynamik fördern	Hebamme	Begrüßung Teilnehmerliste	- Gespräch im Kreis sitzend: Förderung der aktiven Beteiligung aller TN - Mutter / Vater stellen das Kind vor und was dem Kind besonders Freude macht (was hat das Kind besonders gerne?)	- Matten, Kissen, CD Player	15 Min.
Ricareare gruppo	Ostetrica	- saluto - lista partecipanti	- disposizione e dinamica circolare: conduzione attiva, contentiva, spazio di espressione per ognuno - madre/padre presentano il figlio e dicono cosa lo rende felice (Cosa piace a mio figlio?)	materassini, cuscini, lettore CD	
Sich der Bedeutung des eigenen Geburtserlebnisses bewusst werden und das Positive verstärken	Hebamme	Das Geburtserlebnis: - Erwartungen - Erfahrungen - Unterstützung - Betreuung	Fragestellung und freie Äußerung jeder TN: "Haben sich meine Erwartungen und Vorstellungen von Geburt erfüllt?" "Was hat mir geholfen/wo waren die Hindernisse?" "Wie hat mich mein Partner unterstützt?" "Welche Ressourcen/..... kann ich aus dieser	- Matten, Kissen	45 Min.

<p>Creare consapevolezza in merito alla personale esperienza del parto valorizzando il vissuto positivo</p>	<p>Ostetrica</p>	<p>il vissuto del parto: - aspettative - esperienze - sostegno/assistenza</p>	<p>Erfahrung mitnehmen?" Domanda e libera espressione di ogni partecipante: "Le aspettative in merito al mio parto sono state soddisfatte?" "Cosa mi ha aiutato/mancato?" "In quale modo mi ha sostenuto il mio partner?" "Quale risorse/insegnamento positivo traggo da questa esperienza?"</p>	<p>materassini, cuscini</p>	
<p>Bewusstwerden und Stärkung der Mutterrolle im Alltag</p> <p>Prendere consapevolezza e rafforzare il ruolo materno nel quotidiano</p>	<p>Hebamme  Ostetrica</p>	<p>- Alltag mit dem Kind - Mutterrolle - Vaterrolle - Zeit für sich selbst - Zeit für die Paarbeziehung - Unterstützung der Mutter</p> <p>- quotidianità con il neonato - ruolo materno - ruolo paterno - sostegno materno</p>	<p>- Individuelle Äußerungen zu den Fragen: "Was macht mir Spaß und Freude mit meinem Kind?" "Habe ich mir Muttersein/Partnersein/Vatersein so vorgestellt?" - espressione individuale in merito alla domanda: "Cosa mi rende felice nel quotidiano con il mio bambino?" "Mi sono immaginata così come madre (partner/padre)?" - ascolto attivo delle varie esperienze con eventuale integrazione da parte dell'operatore</p>		<p>45 Min.</p>
<p>Bewusstwerden über die Bedürfnisse und mögliche Lösungen</p> <p>Prendere coscienza degli attuali bisogni materni/genitoriali e possibili soluzioni</p>	<p>Hebamme  Ostetrica</p>	<p>- Zeitmanagement (für sich selbst, für das Paar) - gestione del tempo (per se stessa, per la coppia)</p>	<p>Offenes Gespräch zur Frage: "Was belastet mich, wo wünsche ich mir mehr Unterstützung?" - espressione individuale in merito alla domanda: "Cosa mi pesa e dove mi auguro di ricevere più aiuto/sostegno?"</p>		<p>30 Min.</p>
<p>Information über die Dienste im Gesundheitssprengel und Abschluss</p>	<p>Hebamme</p>	<p>- Information: Baby-Nachtreffen, Baby Massage, Beckenbodentraining - Verabschiedung - Fragebogen</p>	<p>Informationsübermittlung Ausfüllen des Fragebogens - passaggio di informazione - compilazione del questionario</p>		<p>15. Min</p>

Pubblicizzare le attività del distretto e chiusura	Ostetrica	<ul style="list-style-type: none"> <li>- informazione su attività distretti:</li> <li>spazio bimbo, baby massage,</li> <li>rieducazione pavimento pelvico</li> <li>- saluto</li> <li>- questionario</li> </ul>			
--	-----------	--	--	--	--

**Anmerkungen:**

\*Neben den aufgezählten Berufsbildern (Hebammen, Sanitätsassistent\*innen, Kinderkrankenpfleger\*innen, BasisKinderarzt/ärztin) können auch Physiotherapeut\*innen, Psycholog\*innen und einschlägig ausgebildetes Personal die Kurse bei Bedarf abhalten.

**Note:**

\*In caso di fabbisogno i corsi possono essere svolti oltre alle professioni sopra elencate (ostetriche, assistenti sanitari, infermieri/e pediatrici, pediatri/e di base), anche da fisioterapisti/e, psicologi/e ed altro personale adeguatamente formato.

\*\* SS = Schwangerschaft

