



mamamundo

www.mamamundo.ch

Geburtsvorbereitungskurse für Frauen mit Migrationshintergrund

30.6.22

Priyani Ferdinando, Geschäftsleiterin mamamundo Bern

Das Konzept



- **Zielgruppe:**

- fremdsprachige Migrantinnen
- sozioökonomisch benachteiligt

- **Ablauf:**

- zuweisende Stellen
- 6 Sequenzen mit Hebamme und interkulturellen Dolmetscherinnen
- Information und Körperarbeit
- 1 Treffen nach der Geburt

- **Inhalte:**

- Veränderung in der Schwangerschaft
- Geburtsvorgang
- Stillen
- erste Zeit zu Hause
- Übergreifende Themen: Ernährung, Bewegung, Sexualität, psychische Gesundheit und Schweizer Gesundheitssystem

Schwangerschaft und Migration



- Übergang und ggf. kritisches Lebensereignis
- soziale Ungleichheit und Zugang
- Fremdsprachigkeit
- höheres Risiko für Komplikationen vor, während und nach der Geburt
- erhöhte Raten an postpartalen Depression

Geburtsvorbereitungskurse als Gesundheitsförderung und Prävention



mamamundo

www.mamamundo.ch

• Wirkungsdimension:

Individuum:

- Informationsvermittlung Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett, Gesundheitssystem
- Körperwahrnehmung und Entspannungstechniken

→ Förderung der Selbstwirksamkeit



• Wirkungsdimension:

Lebensumfeld

- Peers
- Fachpersonen (Hebammen, Dolmetscherinnen)
- Verweis auf weiterführende Institutionen
- einkommensabhängige Kurskosten

→ Soziale Unterstützung

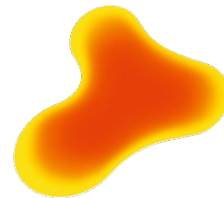


Zusammen fördern die internen und externen Ressourcen die psychische Gesundheit.

mamamundo Bern wird unterstützt von:



Kanton Bern
Canton de Berne



Gesundheitsförderung Schweiz
Promotion Santé Suisse
Promozione Salute Svizzera

Literatur



- Anderson, F.M., Hatch, S.L., Comacchio, C. & Howard, L.M. (2017). Prevalence and risk of mental disorders in the perinatal period among migrant women: a systematic review and meta-analysis. In: *Archives of Women's Mental Health*, 20(3), 449–462. <https://doi.org/10.1007/s00737-017-0723-z>.
- Bundesamt für Statistik (2014). *Gesundheit von Müttern und Kindern in der Migrationsbevölkerung 2000-2012*. BFS: Neuchâtel.
- Cignacco Eva, Berger Anke, Sénac Coline, Wyssmüller Doris, Hurni Anja, zu Sayn-Wittgenstein Friederike (2017). *Sexuelle und reproduktive Gesundheitsversorgung von Frauen und ihren Säuglingen in Asylunterkünften in der Schweiz (REFUGEE). Eine Situationsanalyse und Empfehlungen*. BFH: Bern.
- Collins, C. H., Zimmerman, C. & Howard, L. M. (2010). Refugee, asylum seeker, immigrant women and postnatal depression: rates and risk factors. In: *Archives of Women's Mental Health*, 14(1), 3–11. <https://doi.org/10.1007/s00737-010-0198-7>.
- Fellmeth, G., Fazel, M. & Plugge, E. (2016). Migration and perinatal mental health in women from low- and middle-income countries: a systematic review and meta-analysis. In: *BJOG: An International Journal of Obstetrics & Gynaecology*, 124(5), 742-752. <https://doi.org/10.1111/1471-0528.14184>.
- Gavranidou, M. (2009). *Psychische Gesundheit und Armut von Frauen mit Migrations- hintergrund* (Vortrag). Kassel: AKF-Tagung Frauengesundheit in sozialer Ungleichheit.
- Goguikian Ratcliff, B., Pereira, C., Sharapova, A., Grimard, N., Borel Radeff, F., & Mor- atti, A. (2014). *Etude longitudinale du stress perinatal des femmes migrantes allophones*. Office Fédéral de la Santé Publique.
- Merten, S., & Gari, S. (2013). *Die reproduktive Gesundheit der Migrationsbevölkerung in der Schweiz und anderen ausgewählten Aufnahmeländern. Eine Zusammenfassung der Literatur 2006-2012*.
- Navodani, T., Gartland, D., Brown, S. J., Riggs, E. & Yelland, J. (2019). *Common maternal health problems among Australian-born and migrant women: A prospective cohort study*. PLOS ONE, 14(2), e0211685. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0211685>.