



Föda utan rädsla (FUR)

Tack för din förfrågan om Föda utan rädsla och vår omvårdnads- och implementeringsmodell "SAFE". Vi växer så att det knakar och vi är så tacksamma för detta. Målet är att tillsammans med vården säkerställa den känslomässiga omvårdnaden både inför och under födandet.

Föda utan rädsas och vår omvårdnadsmodell SAFE

Föda utan rädsas unika praktiska omvårdnadsmodell SAFE (Stress And Fear Evaluation model) ger er ett enkelt och tydligt arbetsredskap för att minska stress och rädsla både för den födande och eventuell partner. Modellen passar både mödrahälsovården, förlossningsvården och övriga mottagningar.

Vetskapen om att stress och rädsla kan påverka förlossningen negativt har länge funnits inom förlossningsvården. Samtidigt saknar vårdpersonal inom mödravård och förlossningsvård en gemensam praktisk omvårdnadsmodell, verktyg och behandlingsstrategier för att möta och hantera stress och rädsla inne på förlossningsrummet samt inom mödrahälsovården och mottagningar som arbetar med förlossningsrädsla. Vår omvårdnadsmodell "SAFE" ger en unik ram för hur implementeringen av stöd kan utformas och ett tydligt fokus på den känslomässiga omvårdnaden.

Våra utbildningar och implementerings struktur

Man kan både välja att ha ett kortare inspirationstillfälle, en heldag fortbildning för personal eller en tydlig implementeringsplan. Här följer information om alla steg.

1. Kortare inspirationsföreläsning

Kostnad: 10.500 + moms (resa, boende samt lokal tillhandahålls av arrangör).

Vi går igenom Föda utan rädsla metodens teori, våra grundprinciper för stöd samt hur verktygen kan användas under värkarna. Föreläsningen innehåller både teori och praktiska moment och övningar.

2. SAFE-Fortbildning 1-dag

Förlossningspersonal/Mödrahälsovård.

Kostnad: 17.500 + moms (resa, boende samt lokal tillhandahålls av arrangör.)

Vi går igenom Föda utan rädsla metoden, våra grundprinciper för stöd samt hur verktygen kan användas under värkarna utifrån vår omvårdnadsmodell SAFE. SAFE-modellen ger ett strukturerat arbetssätt för att identifiera stress och rädsla, att erbjuda stöd och utveckla teamarbetet kring den gravida och den födande kvinnan. Fortbildningen fokuserar på att normalisera och förstå rädslan och lyfter betydelsen av att säkerställa den emotionella delen i födandet. Modellen förklarar hur man implementerar stöd, omvårdnad och Föda utan rädsla i kliniken som verksam barnmorska, undersköterska och läkare eller annan stödpersonal kring den födande kvinnan.



3. Implementering av omvårdnad samt FUR-Certifiering

Steg 1: För att införa en tydlig omvårdnadsfokus genom hela vårdkedjan utbildas först all personal av FUR-teamet i Föda utan rädsla och SAFE-endags utbildning.

Steg 2: En ansvarsgrupp väljs ut som skall ansvara för omvårdnaden. Denna grupp går vår fördjupade utbildning.

FUR-Certifiering för vården

Kostnad: 45.000 + moms (resa, boende, samt lokal tillhandahålls av arrangör).

Antal deltagare: Max 20.

Denna specialutformade utbildning ger fördjupad kunskap om föda utan rädsla och hur man håller vår framgångsrika praktiska förlossningsförberedande kurs för blivande föräldrar. Förutom detta får ni även en genomgång av vår omvårdnadsmodell "SAFE". Deltagarna får genom denna utbildningen en fördjupad teoretisk kunskap om metodens hörnstenar, konceptets uppbyggnad, praktiska övningar och hur man lär ut dem.

Utbildningen ger beställaren rätt att inom avtalsområdet erbjuda förlossningsförberedande kurser inspirerade av Föda utan rädsla metoden. Förutom detta kan deltagarna efter genomförd fortbildning av Föda utan rädsla, arbeta med "SAFE" omvårdnadsmodellens fortsatta implementering, repetition för personal samt introducera ny personal till modellen. Observera att man inte kan utbilda inom "SAFE" eller "Föda utan rädsla" utanför avtalsområdet.

Utbildningen består av tre moment:

- **Modul 1:** Inläsning av instruktörskompendium samt böcker.
- **Modul 2:** Praktisk träning 3 dagar. Vi går igenom alla delar av kurs konceptet och de praktiska övningarna. Först går Susanna igenom, sedan tränar deltagarna på varandra och avslutningsvis går vi igen frågor och funderingar om respektive del.
- **Modul 3:** I samband med kurser och repetitionsutbildningar finns det tid avsatt för fortsatt tid att träna på kurmanus. Det innebär att man innan de fasta kurserna går igenom manus. Samt efter kursen kryssar man i vilka delar man fick med för att få med det andra vid nästa tillfälle.

Steg 3: Vårt team finns tillgängligt för handledning kliniskt av ansvarsgruppen.

För att kvalitetssäkra metoden är det bara Susanna Heli idag som utbildar instruktörer i metoden. Efter genomgången instruktörsutbildning får man alltså inte utbilda andra instruktörer eller utbilda i metoden utanför avtalets upptagningsområde.



TRYGG FÖRLOSSNING
BIRTH BY HEART GLOBAL

Kontakt:

Föda utan rädsla

info@fodautanradsla.se

Susanna Heli 070-844 83 33

Föda utan rädsla AB

Org.nr: 559129-0308

Gullmarsvägen 47

12039 Årsta