



Marta Kreutz Gerber, SAFE-Mentorin

Als gebürtige Österreicherin kam ich 1999 in die Schweiz und bin seit 2007 Schweizer Staatsbürgerin.

Beruflicher Werdegang

- 2022 Ausbildung zur SAFE-Mentorin bei Prof. Dr. K.H. Brisch
- 2021 Weiterbildung Bindungsbasierte Beratung und Therapie bei Prof. Dr. K.H. Brisch in Ulm (Deutschland)
- 1998-2007 Weiterbildung zur Biodynamischen Osteopathin nach Dr. James S. Jealous, DO (USA) in Wien/Salzburg (Österreich)
- 1998-1999 Ausbildung zur Kinder-Osteopathin in Wien (Österreich) und London (England)
- 1993-1998 Ausbildung zur Osteopathin an der Wiener Schule für Osteopathie (WSO) in Wien (Österreich)
- 1986-1989 Ausbildung zur Akupunktur-Massage-Therapeutin (APM) nach Radloff in Wienacht (Schweiz)
- 1982-1984 Ausbildung zur Physiotherapeutin in Ljubljana (Slowenien)

Berufliche Tätigkeit

- Seit 2020 Eigene Praxis für Familien- & Kinder-Osteopathie in Bern
- 1999-2020 Tätig als Physiotherapeutin und ab 2006 als anerkannte selbständige Osteopathin in der Praxis „Gesundheit im Zentrum“ in Thun
- 1989-1999 Physiotherapeutin mit eigener Praxis in Klagenfurt (Österreich)

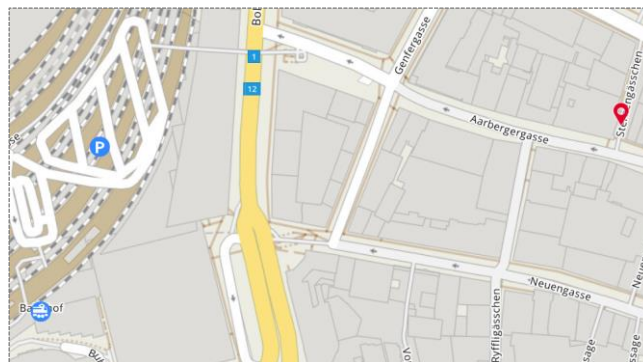
Familie

Angeheiratete Mutter von zwei Kindern und fünf Grosskindern.

Anerkennungen

- SAFE-Mentorin mit Zertifikat
- EMR-Qualitätslabel als Osteopathin
- Mit Zusatzversicherungen anerkannt von schweizerischen Krankenkassen

Lage des Durchführungsorts resp. der Praxis



Zu Fuss vom Bahnhof in drei Minuten:

- Ausgang Hauptbahnhof Bern in Richtung Neuengasse
- Gleich links abbiegen in die Genfergasse oder etwas später ins Ryffligässchen
- Rechts abbiegen in die Aarberggasse
- Links abbiegen in das Sternengässchen, die Nr. 1 befindet sich im Eckhaus
- Die Praxis befindet sich im 2. OG

Kontakt



Praxis für Familien- und Kinder-Osteopathie
Marta Kreutz Gerber
Sternengässchen 1
3011 Bern

P 031 333 36 11 | M 078 724 77 16

www.osteo-familycare.ch | m.kreutz@bluewin.ch

Impressum:
Ausgabe Version 1.4 | 23. August 2022



Quelle/Bildnachweis: Schwangerschaft, image pregnancy

SAFE® – Elternkurs Bern

SAFE– Sichere Ausbildung für Eltern
nach Prof. Dr. med. Karl-Heinz Brisch



® urheberrechtlich geschützter Begriff

«Bindung ist das gefühlsgetragene Band, das eine Person zu einer anderen spezifischen Person anknüpft und welches sie über Raum und Zeit miteinander verbindet.»

John Bowlby, Begründer der Bindungstheorie, 1907-1990

Was ist SAFE?

Die Entwicklung einer sicheren Bindung zwischen Eltern und Kind ist die Grundlage für eine gesunde, körperliche, psychische und soziale Entwicklung eines Kindes. Eine starke und frühe Bindung ist folgenreich für das ganze Leben eines Menschen. Sie beeinflusst die Qualität aller Beziehungen in den Begegnungen mit anderen Personen.

«Es sollten alle Anstrengungen unternommen werden, Eltern und Kinder in ihren ganz frühen Entwicklungsphasen so zu unterstützen, dass dieser Entwicklungsschritt bestmöglich gelingen kann.» (K.H. Brisch).

SAFE vermittelt Eltern die notwendige Sicherheit für den feinfühligsten und sicheren Umgang mit ihrem Baby.

Teilnehmende am SAFE-Kurs

Der SAFE-Kurs richtet sich an alle werdenden Eltern und Alleinerziehende oder auch an Eltern, die schon Kinder haben und ein weiteres Baby erwarten. Idealerweise wird der Kurs im Zeitfenster zwischen Mitte Schwangerschaft und Ende des 1. Lebensjahr besucht.

Inhalte des SAFE-Programms

Das SAFE-Programm beinhaltet vier Module:

- Modul I. Seminartage vor und nach der Geburt
- Modul II. Feinfühligkeitstraining
- Modul III. Hotline
- Modul IV. Fokale Psychotherapie

Modul I. Seminartage vor und nach der Geburt

Inhalte der **vorgeburtlichen** Module sind: Fantasien, Hoffnungen und Ängste der Eltern, Pränatale Bindung, Kompetenzen des Säuglings, Kompetenzen der Eltern, Eltern-Säuglings-Interaktion (mit Videodemonstration), Bindungsentwicklung des Säuglings, Vermeidung der Weitergabe von traumatischen Erfahrungen, Prävention durch Psychotherapie und das Erlernen von Stabilisierungsübungen.

Inhalte der **nachgeburtlichen** Module sind: Informationen über die emotionale Entwicklung des Säuglings, Einbeziehung der elterlichen Erfahrungen, Video-Feedback-Training anhand individueller Video-Aufnahmen, Beratung zur Bewältigung von interaktionellen Schwierigkeiten mit dem Säugling (Schlafen, Essen, Weinen), Information und Anleitung zur Entwicklung des Bindungs- und Explorations-verhaltens des Säuglings.

Während des Seminars gibt es viel Raum für Fragen der Eltern und nutzbringenden Erfahrungsaustausch.

Der SAFE-Elternkurs dauert rund eineinhalb Jahre und findet wie folgt statt:

- **Vor** der Geburt an vier Tagen, idealerweise in den Schwangerschaftswochen 20, 24, 28 und 32.
- **Nach** der Entbindung an sechs Tagen im 1., 2., 3., 6., 9., und 12. Monat.
- Kurstag ist jeweils Samstag, 08.30-12.00 Uhr und 13.00-16.30 Uhr.
- Die Gruppengrösse pro Kursdurchführung ist auf zwei bis drei Elternpaare beschränkt.
- Kursort ist die Praxis für Familien- & Kinder-Osteopathie am Sternengässchen 1 in 3011 Bern.

Modul II: Feinfühligkeitstraining

Interpretation verschiedener Signale von Säuglingen und Babys.

Modul III. Hotline

Beratungsangebot und telefonische Hotline.

Modul IV. Fokale Psychotherapie

Gespräche rund um die Prävention der Weitergaben erlebter Traumastörungen aus der eigenen Kindheit; Zusammenarbeit mit einer Fachpsychologin / eines Fachpsychologen.

Osteopathische Behandlungen als mögliche Begleitmassnahmen

- **Vor** der Geburt: Zwei Behandlungen der Mutter in der 2. Schwangerschaftshälfte.
- **Nach** der Geburt: Eine bis drei Behandlungen der Mutter, ev. auch des Vaters, nach Bedarf gemeinsam mit dem Kind, während des 1. Lebensjahres.

Die Kosten der individuellen Behandlungen können über die Zusatzversicherung der Krankenkasse abgerechnet werden.

Kosten des SAFE-Kurses (ohne osteopathische Behandlungen)

- Die Kurskosten für das 10-tägige SAFE-Seminar betragen pro Elternpaar Fr. 1'960.00, pro alleinerziehende Person Fr. 980.00. Die Zahlung erfolgt zu Beginn des SAFE-Kurses in voller Höhe oder nach Absprache in zwei Raten.
- Für Eltern resp. Alleinerziehende mit kleinem Budget ist eine finanzielle Unterstützung resp. eine partielle Kostenübernahme auf Gesuch hin bei verschiedenen Organisationen möglich. Nähere Auskunft dazu gerne auf Anfrage.

SAFE-Kursleitung

Das SAFE-Seminar wird im Teamteaching / Co-Leitung durchgeführt:

- Marta Kreutz Gerber, SAFE-Mentorin und Osteopathin
- Niklaus Gerber Kreutz, SAFE-Mentor



Niklaus Gerber Kreutz, SAFE-Mentor

Beruflicher Werdegang

- 2022 Ausbildung zum SAFE-Mentor bei Prof. Dr. K.H. Brisch in Ulm (Deutschland)
- 2018 Weiterbildung Ethik in der Führung an der PH Bern
- 2006 Ausbildung zum EFQM-Assessor am TQM-Forum Schweiz
- 2002-2005 Master of Advanced Studies (MAS) in E-Learning und Wissensmanagement an der Uni Luzern und am Institut für Kommunikationsforschung am ikf Luzern
- 1994 Ergänzungsstudium Pädagogische Psychologie am Höheren Lehramt der Universität Bern, Schwerpunkt Montessori-Pädagogik

Berufliche Tätigkeit

- Seit 2022 freischaffend
- 1994-2021 Abteilungsleiter und Mitglied der Schulleitung an der gibb Berufsfachschule Bern
- Vor 1994 Verschiedene Führungstätigkeiten in der Privatwirtschaft

Familie

Vater von zwei Kindern und fünf Grosskindern.

Anerkennungen

- SAFE-Mentor mit Zertifikat