

# ICE Breaker 2022/2023

## hybrid online Kurs mit Praxistag

- Frauen von tief innen bestärken –

### Unser Kursziel:

**Dieser Kurs ermöglicht Dir einen völlig neuen Zugang zu Deiner Arbeit.  
Vaginale Techniken beheben Problematiken sowohl im Bereich der Gynäkologie und Geburtshilfe als auch in der Orthopädie und lindern psychische Leiden, da wir mit unserer Arbeit ein Tabu brechen.**

**Mit dieser Spezialität eröffnest Du Dir ein Spektrum an Patientinnen, welche oft Jahre leiden und nach Lösungen suchen.**

**Du bestärkst mit Deinem neuen Wissen sowohl Dich als auch Deine Patientinnen/Frauen.**

**Mit Abschluss des Kurses fühlst Du Dich durch  
das neue Wissen, die Techniken und den interdisziplinären Austausch  
sicher und kompetent in der Praxis und im Kreissaal!**

### Vortragende:

Hélène Menapace PT, D.O.

<https://welovepinkplanet.com/we-love-pink-planet/wer-ist-pink-planet/>

### Assistentin (Praxistag):

Gudrun Höllebrand, PT

### Für wen?

Physiotherapeutinnen, Hebammen, Ärztinnen, Heilpraktikerinnen (Heilberufe, die vaginale Palpationen ausüben dürfen.)

**60 FoBi Punkte für Hebammen in Österreich!**

Alles liebe, Hélène M.



## **Was/ Wie beinhaltet der hybrid ICE Breaker ?**

- 6 Wochen online Videos mit 40 Videos (bitte 15 Stunden planen)
- 2 live Zooms jeweils 2 Stunden  
(Diese sind aufgezeichnet im Falle, dass Du nicht live dabei sein kann.)
- Zertifizierung mit Teilnahme am Praxistag

## **Was noch?**

- Skript mit eigenen Illustrationen
- 6 Monate Zugang zu allen Videos
- Zugang zu einer geschlossenen Fb Gruppe mit allen ICE Breakerinnen für Austausch, Mentoring und NetzwerkeN
- Bei einer Abgabe von 3 Protokollen innerhalb von 6 Wochen nach Kursenden erhalten die Teilnehmerinnen eine Teilnahmebestätigung

.....

## **KURSinHALT online Kurs**

### **Theorie am Beckenmodell dargestellt**

- Anatomie des weiblichen Beckens und der Geschlechtsorgane
- Physiologie des weiblichen Beckens
- Biomechanik des weiblichen Beckens
- Pathologie
  - => Inkontinenz
  - => Organsenkung
  - => Beckenbodendysfunktionen - Sexuelle Dysfunktionen

### **Techniken**

#### **Vaginale Palpation und Behandlung am Beckenmodell und Patientin dargestellt**

- Techniken
- Befundung
- Behandlung
  - => wird Schritt für Schritt durchbesprochen!
- Fallbeispiele
- Hilfsmittel
- Hilfestellung für das Integrieren der Techniken im Praxisalltag

## **Praxis Tage – Zertifizierung:**

### **Kurstag Ort:**

Wien & Barcelona (Sprache deutsch)

### **Voraussetzung:**

Teilnahme am online Kurs mit Abgabe von 3 Behandlungsprotokollen

### **Ziel Praxistag:**

- Angeleitetes Palpieren mit Feedback an mehreren Beckenböden
- online Kurs Techniken mit Hilfe der Vortragenden und Assistentin üben
- Zusätzliche Techniken, welche eine Behandlung unterstützen können, werden vorgestellt.
- Zertifizierung => 12 Monate kostenlos im Expertenregister eingetragen.

## KURSABLAUF

### Start: Montag

24h vor Kursbeginn bekommst Du Deinen Zugangslink. Dieser ist ab Montag morgen Deines Kursstarts aktiv.

### Woche 1-4 : Theorie

Ab dem ersten Kurstag (*Montag*) werden Dir Deine Videos nach und nach freigeschalten. Diese sind unterschiedlich lang (5-40min). Es sind **4 Woche** für den theoretischen Teil geplant.

#### **Woche 1 & 2**

Anatomie/ Biomechanik /Pathologie

#### **Woche 3 & 4**

Am *Montag von Woche 3* hast Du Zugang zum Teil 2. des Kurses. In diesem Block werden Dir **alle Techniken** an Modellen und einer Patientin dargestellt. Du kannst sie Dir so oft ansehen wie Du es brauchst.

- Am Ende der vier Wochen hast Du Zugang zum Wiederholungsvideo und einem Wissensquiz
- Im Anschluss kannst Du Dir Zusatzvideos (Bonusbereich) entspannt ansehen.

### Woche 5 & 6 : Praxis

#### 1. Live Zoom (Sonntag, 10.00h-12.00h)

Nach 4 Wochen online Kurs gibt es dann am Sonntag unser erstes live Zoom.

- Wir sehen uns!!  
Und ich beantworte alle Deine Fragen live!
- Wir gehen nochmals die vaginalen Techniken und den Ablauf einer Behandlung durch!

**Im Anschluss hast Du ZWEI Wochen, um die vaginalen Techniken an Kolleginnen und Patientinnen an zu wenden.**

#### 2. Live Zoom (Sonntag 10.00-12.00)

Zwei Wochen nach ersten Zoom (letzter Kurstag)

- Wir besprechen live Fragen, die in den zwei Praktikumswochen aufgekomen sind.
- Wir besprechen Fragen, die in den Protokollen aufgetreten sind.

**Du bleibst weiterhin Mitglied der Fb Gruppe (ICE online WLPP).**

In dieser Gruppe sind AUSSCHLIESSLICH ehemalige Teilnehmerinnen dieses Kurses. Sie dient dem gezielten Austausch und der Vernetzung!

**Ich bitte um 3 Behandlungsprotokolle innerhalb 6 Wochen nach Kursenden damit Du Teilnahmebestätigung bekommst.**

## Anmeldung & Kosten Preise bis 31.12.2022 gültig.

### Bewerbung:

Da der **ICE Breaker Kurs interdisziplinär** ist, wir versuchen homogene Gruppen zu bilden und grossen Wert auf unsere Community legen, basiert sich die Kursteilnahme auf Bewerbung.

Bitte schreibe uns kurz über Deine Motivation und Deinen beruflichen Werdegang.

.....

### ONLINE KURS

**\*\*Normalpreis** 760€ (Ratenzahlung auf Anfrage möglich!)

**\*\*Preis BUDDY System:** Wenn Ihr Euch zu zweit anmeldet, bekommt Ihr den Kurs um **680€** statt um 760€

### Wozu das **BUDDY System**?

Damit Du gleich eine Kollegin zum Üben, Austauschen und Netzwerken hast! Es kann auch sehr hilfreich sein, eine Kollegin aus einer anderen Branche (Gyn-Hebamme-Physio) mit ins Boot zu nehmen!

*Der online Kurs ist für Hebammen aus Österreich mit 60 FoBi Punkten anerkannt*

### PRAXISTAG

Voraussetzung : Abschluss des online Kurs + Abgabe von 3 Protokolle

**\*\*Normalpreis:** 250€

**\*\* Kombipreis** für Praxistag bei Kurskauf: 230€

Sobald wir Deinen Platz bestätigen:

Bei der Kurseinzahlung bitte Vor- und Zuname sowie als Vermerk:

ICE Breaker+MONAT (+Praxistag) 2022 hinzufügen.

Bsp: ICE BreakerSeptember+12.11Wien2022

Wenn Du ein Buddy hast, dann bitte diesen per e-mail mitteilen.

Kontoinformationen: Helene Menapace **AT92 2011 1827 2229 7102**

Dein Platz ist NUR mit der Einzahlung gesichert.

## Kursdaten

### ONLINE KURS

- **September 2022 : 5.9. - 15.10.**  
ermöglicht Zugang zum =>
- **November 2022: 31.10 - 11.12.**
- **Februar 2023: 30.1. - 12.3.**  
ermöglichen Zugang zu =>

### PRAXISTAGE

**Praxistag Wien 12. 11 oder 13.11.2022**

**Praxistag Wien 6.5. oder 7.5.2023**

**Praxistag Barcelona 13.5.oder 14.5.2023**

- **Mai 2023: 1.5. – 11.6.**

.....

## Feedbacks von Teilnehmerinnen

"Der Kurs ist absolut empfehlenswert! Tolle, fundierte Darstellung der Anatomie und Physiologie in motivierender und authentischer Weise durch Video-Lerneinheiten. Macht Einsteigern Mut, anzufangen und Hemmschwellen abzulegen und hat mir persönlich geholfen das interne Behandlungsspektrum zu erweitern."

**\*\* Dr. Astrid Kühn-Letkemann (Gynäkologin, Osteopathie), Frankfurt am Main**

.....

„Ich das alles gerne vor 15 Jahren in meiner Hebammen Ausbildung gelernt.

Sehr gut und sehr explizit gemacht!

**\*\* Nathalie Moliner Hebamme, Wien**

.....

"Der online Kurs war sehr gut strukturiert, extrem informativ und qualitativ hochwertig. Hélène hat es geschafft ein Tabuthema vollkommen natürlich zu präsentieren und sehr effektive Methoden weiterzugeben. Ich freue mich meine Patientinnen jetzt noch gezielter unterstützen zu können!"

**\*\* Christina Pinegger, Physiotherapeutin in Graz**

.....

"Ich war zu Beginn sehr skeptisch "kann man einen Kurs über vaginales Palpieren überhaupt online machen?" Ich konnte mir das gar nicht vorstellen. Aber die Antwort ist einfach: Ja man kann. Und es macht richtig viel Spaß. Ich hab mich super begleitet und betreut gefühlt und konnte extrem viel für mich und meine Arbeit mitnehmen."

**\*\* Gina Sengseis, Leitung der Physiotherapie im St. Josef Krankenhaus, 1130 Wien**

Freiberuflich in der Praxis für postoperative Narbentherapie, 1010 Wien

.....

"Der Praxistag war nach dem tollen Onlinekurs quasi noch das Sahnehäubchen oben drauf und es war perfekt. Obwohl ich die Techniken schon nach dem Theoriekurs wunderbar anwenden konnte, waren die Inputs von Helene und den Kollegen an diesem Tag noch der „letzte Schliff“ für mich, um mich sicher zu fühlen beim Arbeiten. Ich bin einfach begeistert."