

Ausbildung zur Mamahilfe

2023



Familienentlastende Dienstleistung
und Hilfe mit Hand & Herz

Mamahilfe

Mit Mamahilfe haben wir eine familienentlastende und haushaltsnahe Tätigkeit geschaffen, die ihren Fokus ganz speziell auf die Unterstützung von Mamas setzt.

Als Mamahilfe entlastest du Mütter und Familien in herausfordernden Zeiten.
Zum Beispiel, wenn:

- in der Schwangerschaft
- im Wochenbett oder im ersten Lebensjahr
- im Krankheitsfall
- nach Operationen oder bei einer ambulanten oder stationären Reha
- in belastenden Lebensphasen
- die Mutter und Familie sich Hilfe oder auch Freiraum wünschen



Besonderen Wert legen wir dabei auf eine wertschätzende und achtsame Begleitung der Mutter.

Natürlich unterstützen wir nicht nur Mütter, sondern auch Väter und überhaupt die gesamte Familie.

Doch sind 93% der Väter Vollzeit berufstätig und damit in der Regel nicht die haushaltsführende Person der Familie.

Wer sind wir?

Mütter für Mütter ist ein gemeinnütziges Unternehmen.

Wir setzen uns für die Entlastung und Vernetzung von Müttern und Familien ein.

- Sichtbar machen der Care-Arbeit
- Förderung der gegenseitigen Unterstützung von Müttern und Familien
- Informationen zu Hilfen und Antragstellung
- Auszeiten für Mütter
- Mamahilfe

Mit unserem Projekt Mamahilfe wollen wir Mütter im Krankheitsfall entlasten.

Wir bilden Frauen zu Mamahilfen aus und schaffen damit ein tragendes Helfernetzwerk.

Unsere Arbeit und unsere Projekte werden über Kursgebühren und Spenden finanziert.

Mehr über uns findest du auf unserer Homepage.



Kurskonzept Mamahilfe

Die Idee der Mamahilfe Ausbildung entstand 2018 durch die Initiative einer handvoll engagierter Frauen.

Das Konzept wurde von Julia aufgesetzt, mit Kolleginnen erweitert und hat sich in den letzten Jahren zu einem erprobten und bewährten Ausbildungsprogramm weiterentwickelt. Inzwischen haben über 80 Frauen die Ausbildung abgeschlossen



Kursbegleitung

Julia Sander, geb. 1969

Mutter von 3 Kindern

Heilpraktikerin für Psychotherapie, GfG-Familienbegleiterin,

GfG-Mütterpflegerin

Kursleitung, Gründerin und Geschäftsführerin Mütter für Mütter gUG



Ura Sabrina Gruber, geb. 1980

Mutter von 3 Kindern

Mamahilfe, Still- und Trageberaterin, Entspannungspädagogin.

Schwangerschafts- und Geburtsbegleiterin

Kursleitung und Mütter für Mütter Team

Warum brauchen wir Mamahilfen?

Nach wie vor sind es in erster Linie die Mütter, die den größten Teil der Familienarbeit leisten. Mütter funktionieren einfach irgendwie, auch wenn sie krank sind. Sie müssen der 24-Stunden-Verantwortung gerecht werden, um Kinderbetreuung, -versorgung, Haushalt, etc. zu erledigen.

In den meisten Fällen sind sie damit auf sich gestellt. Viele Mütter gehen hier nicht nur über ihre körperlichen, sondern auch über ihre psychischen/emotionalen Grenzen.

Soziales/familiäres Netz

Selten gibt es noch Großmütter, Tanten oder Nachbarn, die im tagtäglichen Alltag dabei sind und automatisch ihre Unterstützung anbieten.

Nachbarschaftshilfen/Netzwerk

Nachbarschaftshilfen und andere soziale Alltagsentlastungsangebote sind oft vorrangig auf die Unterstützung von Senioren ausgerichtet. Aber junge Familien benötigen ebenso Entlastung.

Haushaltsnahe Dienstleistungen

Es gibt haushaltsnahe Dienstleister, die von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst werden. Doch diese sind sehr knapp und in vielen Fällen bereits über Monate ausgebucht.

Wer sind Mamahilfen?

Mamahilfen haben oft selbst erfahren, wie zehrend es ist, als Mama krank zu sein und keine Unterstützung zu haben.

Häufig stehen Mamahilfen auch in einer Phase der beruflichen Neuorientierung und suchen einfach einen sinnvollen und familienfreundlichen Nebenerwerb oder sind bereits im Bereich der Familienbegleitung tätig.

- Frauen/Mütter mit Familienerfahrung
- Frauen, die gerne Mamas bestärken und umsorgen
- Frauen mit guten Alltags- und Organisationskompetenzen
- Frauen, die bereit sind, ohne Werturteile und selbstreflektiert in Familien zu arbeiten
- Frauen, die sich eine sinnvolle, selbständige und familienfreundliche Tätigkeit aufbauen
- Frauen, die bereits im Familienbereich selbständig sind und ihren Tätigkeitsbereich erweitern wollen.

Wie arbeiten Mamahilfen?

Als Mamahilfe hast du unterschiedliche Möglichkeiten tätig zu werden:

- in deinem eigenen Umfeld als helfende Hand
- über Ehrenamtspauschale/Übungsleiterpauschale bei gemeinnützigen Trägern
- Privatrechnung
- Abrechnung über die Krankenkasse/Rentenversicherung
- Verhinderungspflege bei Kindern mit Pflegegrad

Was die Ausbildung für uns so besonders macht...

Oft wissen Mütter und Frauen gar nicht, wieviele wichtige und wertvolle Kompetenzen sie ja schon bereits durch Familienarbeit in ihren Familien erworben haben.

In der Ausbildung holen wir diese ganzen Schätze ans Licht !



Deine Vorerfahrungen erkennen wir an

Was wir bereits an Kenntnissen und Kompetenzen als Mutter erworben haben, vertiefen und untermauern wir mit Fachwissen, Selbstreflexion und Praxis.

Durch die kleine Gruppengröße haben wir die Möglichkeit dabei ganz individuell auf jede Teilnehmerin einzugehen.



Wir begleiten nach der Ausbildung

Die Frauen werden nicht nur durch sondern auch nach der Ausbildung persönlich begleitet.

Das ist uns wichtig, denn viele Fragen tauchen ja immer erst auf, wenn es dann wirklich "ernst" wird und es in den ersten Einsatz geht.



Kleine Gruppen - starke Verbundenheit

Durch den intensiven Austausch über 12 Wochen wachsen die Gruppen jedesmal unglaublich schnell zusammen. Es ist ein sehr lebendiges und wertschätzendes Miteinander und es macht als Kursleitung enorm viel Freude diesen Prozess begleiten zu dürfen.

Dein Abschluss

Gegenseitige Einsätze und Umsetzungsphase

In den letzten 2 Wochen deiner Ausbildung wirst du deine **Übungseinsätze in Familien** durchführen und dokumentieren.

Abschlussmappe

Außerdem erstellst du **deine Abschlussmappe** in der du deine Lerninhalte noch einmal in Lernzielkontrollen zusammenfasst und dein Profil als Mamahilfe erstellen wirst.

Nachweise

Weiter brauchst du folgende Nachweise:

- Polizeiliches Führungszeugnis
- Erste-Hilfe-Kurs für Kinder
- Hygienebelehrung

Wenn du gewerblich tätig wirst:

- Berufshaftpflichtversicherung
- Unfallversicherung
- Gewerbeanmeldung

Nach deiner Zertifizierung erhältst du Teil unseres MfM- Mamahilfe Netzwerks werden. Du erhältst 12 Monate kostenfreien Zugang zu unserem Mitgliederbereich, kannst unser Branding, Werbematerial, Vorlagen, Musteranschreiben nutzen und wirst in unserer Übersicht auf der Homepage aufgenommen. Du hast alles um sofort nach der Ausbildung als Mamahilfe tätig werden.

Wir versorgen unsere Mamahilfen im Netzwerk weiter mit Fachinformationen, sowie Infos zu relevanten Themen zu Familienarbeit, Selbständigkeit und Haushaltsnaher Dienstleistung.

Fragen kannst du jederzeit in den Austauschgruppen deinen Kolleginnen stellen oder auch deine Kursleitung kontaktieren.

12 Monate kostenfreie Mitgliedschaft im MfM-Mamahilfe Netzwerk

Danach: 60€/Jahr

Siehe auch unsere MfM-AGB

<https://muetter-fuer-muetter.net/wp-content/uploads/2022/12/2023AGB.pdf>

Wir sind als Netzwerk untereinander stets im Austausch und schaffen laufend Verbesserungen und neue Möglichkeiten rund um das Tätigkeitsfeld Mamahilfe.



Inhalte: Modul 1

Mein Mamasein: Selbstreflexion der bereits erworbenen Kompetenzen

1

Dein Mamasein

Du drehst dich auf deiner Lebenslinie einmal um und blickst zurück auf die Mütter deiner Kindheit. Du schaust dir an, welche positiven oder negativen Vorbilder du zum Thema Mamasein hast.

2

Stress/Resilienz und Ressourcen

In dieser Woche lernst du Grundlagenwissen zu den Themen Stress und Resilienz und erforschst deine eigene Resilienzfähigkeit.

3

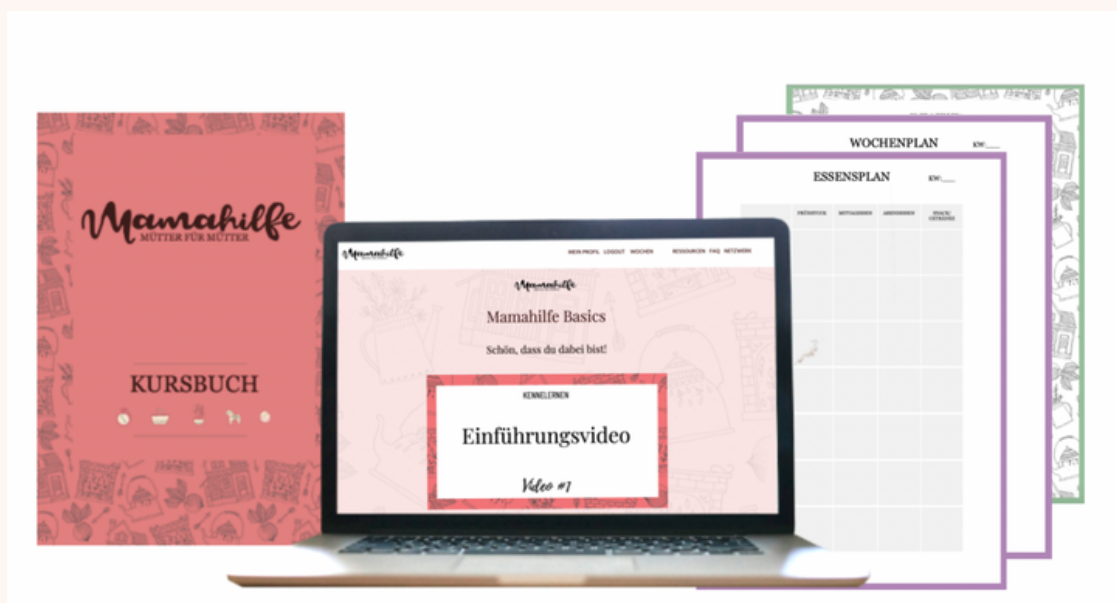
Familienalltag

Du erarbeitest dir den IST-Zustand deiner Alltagsorganisation und experimentierst mit verschiedenen Tools, um deinen Familienalltag noch runder laufen zu lassen.

4

Familienteam und Netzwerk

Kennst du das Gefühl, für zu viele Dinge alleine zuständig zu sein? In dieser Woche machst eine Bestandsaufnahme zu deinem eigenen Netzwerk. Du setzt dich mit deiner Familie zusammen, überprüfst die Zuständigkeiten und entwickelst ein Familienleitbild.



Inhalte: Modul 2

Anderen helfen: Werkzeugkiste für deine Einsätze

5

Mamahilfe Profil

Du erfährst, welche Aufgaben eine Mamahilfe übernimmt und wo ihr Aufgabengebiet liegt. Du lernst, worin sich eine Mamahilfe von anderen Dienstleistern abgrenzt und was sie ausmacht. Du erfährst, welchen Leitlinien sie folgt und mit welcher inneren Haltung sie in Einsätze geht.

6

Ernährung und Kinder

Du lernst, was es zu beachten gibt, wenn du für andere kochst. Du wirst einen exemplarischen Wochenplan erstellen und dein Rezeptrepertoire erweitern.

Auch wirst du erfahren, wie du einen guten Erstkontakt mit Kindern aufbaust und was es bei der Fremdbetreuung zu beachten gibt.

7

Krisen, Wochen- und Krankenbett

Du erfährst, welche schwierigen Situationen dir in Einsätzen auch begegnen könnten. Du lernst, wie du damit umgehen kannst und wo du, aber auch die Familie, Hilfe finden oder sich beraten lassen können. Auch übst du, wie du mit Konflikten in deinen Einsätzen umgehen kannst.

8

Wie kann eine Mamahilfe tätig sein?

Du lernst welche Möglichkeiten du hast, als Mamahilfe zu arbeiten. Vom Ehrenamt, über die Nachbarschaftshilfe, private Abrechnung oder Abrechnung mit den Kassen oder Trägern.

Du lernst unter welchen Voraussetzungen eine Mama Anspruch auf eine Haushaltshilfe hat, wie ein Antrag gestellt wird oder eventuell mit einer Ablehnung umgegangen wird.

9&12

Soloselbstständigkeit

Du erfährst, was du alles brauchst, um dich selbständig zu machen. Auch, welche Versicherungen und Anmeldungen du benötigst, wie du Rechnungen stellst und wie du mit Krankenkassen abrechnen kannst.

Was unsere Mamahilfen sagen:

"Die Ausbildung hat mir gezeigt, was wir Mamas wirklich leisten (müssen) und wie wenig Unterstützung es wirklich gibt. Die Organisation Mütter für Mütter ist so wertvoll und gehört an jede Plakatwand gepinnt."

"Mit der Ausbildung habe ich mir selbst einen großen Gefallen getan. Ja, ich habe mir als Mutter Kompetenzen angeeignet und wende sie in meiner Familie an."

"Die Ausbildung bringt diese vorhandenen Kompetenzen auf ein professionelles Level, sodass ich sie nun auch anderen Familien anbieten kann. Das stärkt und macht Freude."

"Es ist nicht nur eine Ausbildung sondern auch eine Selbstreflexion mit möglicher Selbsttherapie. Man lernt sich selbst ggf. besser kennen und lernt Selbstmitgefühl."

"Die Ausbildung hat mich sehr inspiriert und ich habe mich sehr gut mitgenommen gefühlt. Habe Deine Geduld bewundert bei dem Abrechnungsthema! Herzlichen Dank für Alles!!!!"

"Mit jungen Kindern kann ich nur vormittags arbeiten, aber für mich ideal. Ich möchte meine Kinder zu Mittag daheim haben und habe so den idealen Ausgleich."

"Vielen Dank für den wunderbaren Kurs, der mich wieder an die Urkraft von uns Mamas geführt hat, der mir wieder bewußt gemacht hat, wie wertvoll, kraftvoll und einzigartig wir sind."

"Mich motivieren die glücklichen Kindergesichter und die Dankbarkeit in Notfällen. Es ist einfach ein schönes Gefühl gebraucht zu werden."

"Für mich ist es derzeit der perfekte Job in der Elternzeit. Als Mamahilfe kann ich flexibel Familie und Job unter einen Hut bekommen ohne gestresst zu sein! Es ist ein schöner Ausgleich zum eigenen Mamasein!"

*"Die Highlights sind fröhliche neugierige Kinderaugen und entspannte dankbare Mamis.
Und natürlich der Moment wenn man die Rechnung schreibt. :)"*

"Die Ausbildung zur Mamahilfe war für mich ein Rundum-Paket. Ich habe mich persönlich weiterentwickelt und freue mich nun so sehr, diese Stärke auch an andere Frauen weitergeben zu dürfen."

"Es macht mir Freude als Mamahilfe zu arbeiten da ich schon seit meiner Kindheit als Landmadl den Beruf der Dorfhelferin in Betracht gezogen habe! Und ich mich gerne sozial engagiere und vernetze."

Spricht dich Mamahilfe an?

Hast du Lust bekommen auf unsere Schulung?

Melde dich gerne für ein Telefonat oder zu unserer Infostunde an.

Wir stehen dir jederzeit gerne zur Verfügung, um dich bei deiner Entscheidung zu unterstützen.

Melde dich einfach bei uns, wenn du weitere Fragen hast.



Infogespräch

Schreib uns gerne, dann vereinbaren wir einen Telefontermin



Infostunde

Auf unserer Seite findest du die aktuellen Termine für unsere Online-Infostunden

Du bist bereits entschlossen?

Alle aktuellen Termine findest du hier:

<https://kikudoo.com/mutter-fur-mutter/courses/E1L70e>

Mütter für Mütter gUG

Geschäftsführung:

Julia Sander und Julianna Michaelis

Kirchberg 7, 83229 Aschau

Tel.: 017071620700

info@muetter-fuer-muetter.net

www.muetter-fuer-muetter.net

Besuche uns auch gerne auf Social Media:

<https://www.facebook.com/muetterfuermuetter>

https://www.instagram.com/muetter_fuer_muetter/

