

Litteraturlista för Amningshjälpens Hjälpmammaprov

· Böcker och skrifter du rekommenderas att läsa:

- [Amning idag](#) (Gothia fortbildning, 2018) av Elisabeth Kylberg, Anna Maria Westlund, Sofia Zwedberg
 - [Amning i nöd och lust](#) (Roos böcker, 2018) av Lin Dalén
 - [Amning i vardagen](#) (Karneval Förlag, 2013) av Marit Olanders
- Samtliga böcker finns i Amningshjälpens butik.*
- Regionalt vårdprogram från Stockholms Läns Landsting vvvvv 2016 (*Gratis PDF*)

Det rekommenderas även att blivande hjälpmammor läser i Amningshjälpens rådgivningsgrupper på facebook om den möjligheten finns. Dels för att få en inblick i hur de hjälpsökandes frågor kan se ut, dels för att se exempel på hur hjälpmammor svarar.

· Texter om att vara hjälpmamma i nu Amningshjälpen

- [Dokument om att representera Amningshjälpen](#)
- [Amningshjälpens Samtalsmetodik](#)
- [Amningshjälpens råd och riktlinjer](#) för hjälpmammor

· Bra att veta om Amningshjälpen

- [Texter om Amningshjälpen](#), stadgar och handlingsprogram

· Övriga boktips:

- [Ligga steget före](#) (2002) av Gerd Brandell och Carina Sjögren
 - [Amningsguiden](#) (2008) av Lena Weimers, Hanna Gustafsson och Anna Gustafsson
 - [Att amma](#) (Albert Bonniers förlag, 2002) av Nanna Bylund
 - [Amningsboken](#) av Kristin Svensson och Malin Nordgren
 - [Breastfeeding and human lactation](#) (2016) av Wambach Karen, Becky Spencer
- <http://www.amningshjalpen.se/shop/product/ligga-steget-forambach> och Jan Riordan

