



SZKOŁA RODZENIA „ODRZAŃSKIE MALUCHY”

HARMONOGRAM ZAJĘĆ: od 10.02. – 01.04.2020

Data spotkania	godzina	Temat spotkania
10.02.2020 Poniedziałek	17.00	Lęk przed porodem. Metody łagodzenia bólu porodowego. Nauka oddychania w I i II okresie porodu – poł. mgr Małgorzata Wywiórska
12.02.2020 środa	17.00	Poród fizjologiczny, fazy porodu, okresy porodu, poród aktywny, poród w pozycjach wertykalnych. Rola partnera – poł. mgr Małgorzata Wywiórska
17.02.2020 poniedziałek	17.00	Zapoznanie się z traktem porodowym, oddziałem położniczym oraz noworodkowym. Wspólny pobyt na oddziale . Kangurowanie – co oznacza dla rodziców i dziecka - poł Elżbieta Kania
19.02.2020 środa	17.00	Fizjologia okresu połogu. Pielęgnacja krocza i rany po cięciu cesarskim. Ćwiczenia w połogu. –poł Elżbieta Kania
24.02.2020 Poniedziałek	17.00	Kąpiel i pielęgnacja noworodka, dobór kosmetyków, przewijanie, ubieranie, pielęgnacja kikutu, pierwszy spacer. – poł Małgorzata Radiowska
26.02.2020 środa	17.00	Plusy i minusy cięcia cesarskiego. Poród naturalny a cięcie cesarskie. Noworodek po cięciu cesarskim bez czynności skurczowej mięśnia, a noworodka po porodzie siłami natury – poł Małgorzata Radiowska
02.03.2020 poniedziałek	10.00 położna rodzinna 11.00 lekarz neonatolog	„ Starcie z rzeczywistością „ – z cyklu Mamy - Mamom. Spotkanie z mamami Szczepienia ochronne. Zachłystnięcie, bezdech, pierwsza pomoc – lek neonatolog A poród tuż, tużzwiastuny porodu, kiedy do szpitala, przyjęcie do oddziału, co zabrać ze sobą do szpitala . Standard opieki okołoporodowej. Omówienie planu porodu. – poł mgr Gabriela Mastalerz – Karoń
04.03.2020 środa	10.00 doradca chustonoszenia 11.00 PBKM	Chustonoszenie – pokaz wiązania chust i noszenia dzieci – doradca noszenia dzieci w chustach i nosidełkach miękkich Karolina Bytnar Bankowanie komórek macierzystych – przedstawiciel PBKM
09.03.2020 poniedziałek	17.00	Karmienie naturalne, zalety, przeciwwskazania, pozycje, fizjologia laktacji, monitorowanie- poł Małgorzata Radiowska
11.03.2020 środa	17.00	Problemy laktacyjne. Naturalne metody wspomagania laktacji. Galaktogogi. Systemy wspomagające laktację - poł Małgorzata Radiowska
16.03.2020 poniedziałek	17.00 18.00 – lek ginekolog	Profilaktyka chorób zakaźnych w okresie okołoporodowym –poł Elżbieta Kania Tata w szkole rodzenia, jego rola podczas porodu. Tata jako partner w procesie rodzicielstwa .Seksualność po porodzie
18.03.2020 Środa	17.00	Kamienie milowe w rozwoju dziecka – skoki rozwojowe. 1000 pierwszych dni życia dziecka. Metoda BLW – poł Elżbieta Kania
23.03.2020 poniedziałek	17.00 gr I	Techniki wyciszenia i relaksacji w trakcie porodu Ćwiczenia gimnastyczne dla kobiet w ciąży –mgr poł Małgorzata Wywiórska
25.03.2020 środa	17.00 gr II	Techniki wyciszenia i relaksacji w trakcie porodu Ćwiczenia gimnastyczne dla kobiet w ciąży –mgr poł Małgorzata Wywiórska

30.03.2020 poniedziałek	10.00 - fizjoterapeuta 11.00 – lek ginekolog	Metoda Prechtl'a – mgr Aleksandra Bryła, terapeutka integracji sensorycznej II stopnia, metody NDT- Bobath Baby oraz certyfikowany terapeuta metody Prechtl'a Standar opieki okołoporodowej. Omówienie planu porodu.
01.04.2020 środa	10.00 dietetyk 11.00 psycholog	Styl życia w okresie ciąży i porodu, zasady odżywiania, używki, nałogi – ich wpływ na rozwój ciąży i zdrowie dziecka – dietetyk szpitalny mgr Joanna Józefowicz - Bryja Psychologiczny obraz funkcjonowania młodej mamy od baby blues do depresji – mgr psychologii Robert Warzecha

Wszelkie informacje o Szkole Rodzenia uzyskacie Państwo dzwoniąc pod numer : 690 185 589

Położna Koordynująca

mgr Gabriela Mastalerz-Karóń

Specjalistka z zakresu opieki przed i okołoporodowej

Edukator ds. laktacji



Rodzicielstwo
składa się wyłącznie
z wątpliwości

MAMY - MAMOM

