



**Школа відповідального батьківства
в пологовому будинку «Лелека»
ВЕРЕСЕНЬ, 2019 рік**

Дата	Час	Тема
03.09 ВТ 06.09 ПТ 07.09 СБ	10:00 – 11:30 13:30 – 15:00	Все про пологи: фізіологія та психологія пологів. Складаємо план пологів. Алгоритм дій мами. (25-36 т.)
	11:30 – 13:00 15:00 – 16:30	М'які пологи в пологовому будинку. Не бійтеся перейм! Дихання, масаж, пози, релаксація в пологах (25-36 т.)
	16:30 – 18:00	Розвиток дитини від зачаття до народження. Психологічні етапи народження і їх вплив на подальше формування психіки дитини. Спілкування з дитиною до народження. Як? (8-24 т.)
10.09 ВТ 13.09 ПТ	10:00 – 11:30 13:30 – 15:00	Партнерські пологи. Підтримка партнера під час пологів: разом дихаємо, рухаємось, народжуємо. (25-36 т.)
	11:30 – 13:00 15:00 – 16:30	Закріплення навичок поведінки під час пологів (перегляд фільмів про пологи). (25-36 т.)
	16:30 – 18:00	Фізіологія і психологія вагітності – це цікаво! (8-24 т.)
17.09 ВТ 20.09 ПТ 21.09 СБ	10:00 – 11:30 13:30 – 15:00	Всі секрети грудного вигодовування крок за кроком. (25-36 т.)
	11:30 – 13:00 15:00 – 16:30	Грудне вигодовування, профілактика труднощів. (25-36 т.)
	16:30 – 18:00	Правильне харчування та здоровий спосіб життя під час вагітності. (8-24 т.)
24.09 ВТ 27.09 ПТ 28.09 СБ	10:00 – 11:30 13:30 – 15:00	Догляд за новонародженим з перших днів. Дитяче придане: що і як підготувати до виписки з пологового будинку. (25-36 т.)
	11:30 – 13:00 15:00 – 16:30	Розвиваємось разом з дитиною. Безпека дитини від народження до року. Як правильно організувати простір вдома. (25-36 т.)
	16:30 – 18:00	Гармонійна мама! Арт-терапія та релаксація. (8-24 т.)

Додаткові лекції

09.09 ПН	14:00 – 15:30	«Особиста безпека. Базові аспекти дитячої безпеки». Алла Несвятипасха – експерт з безпеки.
10.09 ВТ	11:00 – 13:30	«Секрети підвищення лактації». Марина Чепурна – консультант з ГВ.
14.09 СБ	14:00 – 15:30	«Перша тисяча днів життя – основа майбутнього довголіття». Ситник Леся – лікар-дієтолог.
17.09 ВТ	10:00 – 11:30	«Фізіологічний детокс під час вагітності. Вплив харчування на здоров'я мами та малюка». Ситник Леся – лікар-дієтолог.
17.09 ВТ	12:00 – 13:45	Практикум: «Прикладання до грудей. Чи існують правила? Позиції для вигодовування». Марина Чепурна – консультант з ГВ.
17.09 ВТ	14:00 – 15:00	«Мало молока. Секрети підвищення лактації». Марина Чепурна – консультант з ГВ.
19.09 ЧТ	17:00 – 18:30	«Привчити до горщика. Коли та як?». Шевченко Наталія – дитячий та перинатальний психолог.
26.09 ЧТ	12:00 – 14:00	«Післяпологовий період. Організація життя мами. Профілактика психоемоційного вигорання мами». Мирошніченко Наталія – кандидат психологічних наук, перинатальний психолог.
26.09 ЧТ	17:00 – 18:00	«Як не втратити себе після народження дитини». Шевченко Наталія – дитячий та перинатальний психолог.

Заняття «Тепло маминих рук»

ЧТ: 05.09	12:30 – 13:30	Заняття для малюків 1,5-3 місяців
12.09	14:30 – 15:30	Заняття для малюків 3-6 місяців
19.09	16:00 – 17:00	Заняття для малюків 6-9 місяців
26.09		

Додаткова інформація та запис на заняття за телефонами: +38 (044) 390-34-44, 0(800) 303-444

Кількість місць обмежена