

Podporujeme
rodiny
VZDĚLÁVÁNÍM

PŘEDPORODNÍ PŘÍPRAVA

soubor seminářů včetně praktických nácviků vede porodní
asistentka a laktační poradkyně Bc. Magdaléna Tomanová

1. Těhotenství

nevolnosti, zvracení, chutě, citlivý čich, napětí v prsou a zvýšená citlivost bradavek, bolesti zad, bolesti v kříži, pálení žáhy, zpomalená činnost střev – zácpa, hemoroidy, potíže s močovými cestami, gynekologické potíže, nedostatek železa, těhotenské prasklinky, křečové žíly, křeče v lýtkách, otoky, pohlavní styk, předčasné tvrdnutí břicha, pitný režim, výživa, pohyb, homeopatie, aromaterapie

2. Příprava na porod, Bonding

masáž hráze, předporodní čaj, taška do porodnice, odchod hlenové zátky, co dělat při přenášení, dýchání, úlevové polohy, cvičení dle Ludmily Mojžíšové, příprava na kojení, homeopatie, aromaterapie

3. Porod

fáze porodu, polohy, partner u porodu, homeopatie, aromaterapie

4. Šestinedělí, péče o novorozence

očistky, hygiena, strava, pitný režim, poporodní poranění, zánět prsu, retence mléka, péče o dítě doma, kosmetika pro dítě, homeopatie, aromaterapie

5. Kojení

složení mléka, polohy, podpora tvorby mléka, baby kolika, homeopatie, aromaterapie

6. Zdravé přebalování

manipulace s dítětem při přebalování, látkové X jednorázové pleny, jednorázové vlhčené ubrousky, finanční úspora, ekologie

Aktivita je podpořena z dotačního programu MPSV Rodina v rámci projektu -
Podporujeme rodiny. Činnost RC podporuje město Žamberk a Pardubický kraj.



Rodinné centrum
Nádražní 22, Žamberk



+420 465 614 555
+420 608 621 301



centrum@cestaprorodinu.cz



Facebook/CestaProRodinu22



www.cestaprorodinu.cz