

Felkészülés 😊



4 alkalmas, ingyenes szülésre felkészítő foglalkozás indul az EFI szervezésében, Tapolcán!

Helyszín: Tapolca, Egészségfejlesztési Iroda

Időpont: 2020.10.28-tól (Szerdánként) 17:00-18:30-ig

Témák:

A magzat méhen belüli fejlődése

A várandósság alatt elvégzendő vizsgálatok

Anatómiai/ élettani és lelki változások a várandósság alatt

A kismama életmódja, kismama torna jótékony hatásai

A szülés élettani folyamata, a szülés beindulásának jelei

A kórházi csomag, kelengye összeállítása

Az apás szülésről

A lelki ráhangolódás fontossága. A gátizomzat felkészítése

A rooming-in rendszer

Az anyatejes táplálás előnyei, a szoptatásról

Az újszülött fogadása

A gyermekágyas időszak

A testvérféltékenység

Előzetes bejelentkezés szükséges a 0630/500-99-08-as telefonszámon.

Várlak szeretettel!

Fekete Eszter, védőnő

Egészségfejlesztési Iroda Tapolca

Emberi Erőforrások Minisztériuma IV/6580-1/2020/EKF