

ШКОЛА Будущих РОДИТЕЛЕЙ



Курс разработан командой практикующих врачей



Мастер-классы, на которые вы можете придти вместе с партнером



Занятия проходят в новом просторном зале



Медведева А.С.

Врач акушер-гинеколог, врач ультразвуковой диагностики

24.04 (ПТ) «Роды. Физиологические роды» 15:00-17:00

- Предвестники родов: начало родов или тренировочные схватки?
- Когда ехать в роддом?
- Физиология родов (периоды родов: что ждать и к чему готовиться, как себе помочь).
- Что такое «Мягкие роды». Реальность или миф?
- Что ждет меня и моего малыша сразу после родов? (ваш путь после родов в роддоме и дома).

Бонус: Ваш «маршрут» по роддому (как устроен родильный дом, что вас ждет за разными дверями).

3.05 (ВС) «Роды. План Б» 14:00-16:00

- Возможные вмешательства в родах. Изучаем «демонов»: вскрытие плодного пузыря, окситоцин, кесарево сечение и пр. Демоны ли?
- Что может пойти «не так»? Пути решения (разбор сценариев).
- Кесарево сечение.
- Некоторые правовые аспекты (Ваши права, общение с врачом, информированное добровольное согласие).
- Команда на роды.

Бонус: Собираем сумку в роддом (что взять, как ничего не забыть, отсеиваем лишнее).

10.05 (ВС) Мастер-класс «Партнер на родах» 14:00-16:00

- Роль партнера на родах.
- Кто может быть вашим партнером?
- Инструкции для партнера.
- Немедикаментозное обезболивание: техники дыхания, массажа, релаксации, позы (от слов к делу) – переходим к мастер-классу.

Мастер-класс (при желании: вместе с партнером/или 1 чел. поддержки. Партнер не обязателен). Под контролем специалиста отработаем техники, познакомимся с позами, наладим правильное партнерское взаимодействие.



Чекарева Е.Л.

Врач-онколог-маммолог высшей категории

15.05 (ПТ) «Грудное вскармливание» 12:00-14:00

- Молозиво и молоко. Начало лактации, становление лактации, лактационные кризы. Чего ждать и как преодолеть?
- Особенности питания, питьевого режима и гигиены кормящей матери.
- Лактастаз и другие трудности. Как справиться? Красные флаги!
- Прикладывание к груди, позы для кормления, техники самомассажа молочной железы (демонстрация и практическая часть).

Бонус: Разберем современные «девайсы» для кормления. Помощь или блажь?



Орлова Э.А.

Психолог

22.05 (ПТ) «Помощь психолога. Страхи 12:00-14:00 и способы с ними справиться»

- Некоторые страхи во время беременности и пути их преодоления (страх патологии, родов, ответственности и пр.).
- Общение с ребенком во время беременности и после родов.
- Возрастные кризисы малыша, их значение и уникальность.

Бонус: Прямой диалог с участниками школы. Вы можете подготовить вопросы нашему психологу и по мере возможности получить на них ответ. При желании записаться на индивидуальную сессию после семинара.



Клюжев И.С.

Врач педиатр, неонатолог

31.05 (ВС) «Малыш, ты с нами!» 17:00-19:00

- Организация пространства для малыша: оптимально и безопасно.
- Потребности малыша, учимся распознавать и предугадывать.
- Переходные состояния новорожденного. Как распознать, не паниковать и что делать?
- Физиология и ред флаги! На что обратить внимание и что нельзя пропустить! (стул, срыгивания и др.).

Бонус: «Аптечка для новорожденного»



Капустина С.И.

Врач-педиатр высшей категории, зав. отделением

5.06 (ПТ) Большой мастер-класс 12:00-14:00 «Уход за новорожденным»

На данном мастер-классе вы (можно вместе с папой) получите навыки ухода за новорожденным ребенком. Это не лекция! Это практическое занятие, на котором после демонстрации и под контролем профессионала вы самостоятельно.

- Освоите ежедневный утренний ритуал ухода за младенцем (как обработать глазки, носик, ушки, пупочек, особенности подмывания и пр.).
- Научитесь менять подгузник.
- Узнаете больше об одежде для новорожденных, как одевать малыша.
- Узнаете о современных техниках пеленания и обучитесь им.
- Научитесь купать малыша,
- Обучитесь правильно брать малыша на руки с горизонтальной поверхностью (особенно в период, когда он не держит головку).
- Освоите позы ношения малыша.
- Овладеете навыками «родительского» массажа. Никаких больше сомнений, страхов, трясущихся рук! Знание и опыт – ваша сила!

12.06 (ПТ) «Патронаж и вакцинация. 12:00-14:00 Приданое для малыша»

- Что такое патронаж детей до 1 года и его особенности?
- Вакцинация. Национальный календарь прививок. Как подготовиться к прививке, ограничения после?

Бонусы: Обсудим «приданое малыша». Взгляд педиатра.

- Must have! Без чего не обойтись.
- Критерии выбора детских товаров. На что обратить внимание при выборе одежды, средств ухода, кроватки, детского кресла, коляски и тд.
- Стоп! Беспольные и «вредные» товары для малыша.

СТОИМОСТЬ ПРОГРАММ

Полный курс: 5 000 ₺ (6 теорий + 2 мастер-класса)

Сокращенный курс: 3 200 ₺ (3 теории + 1 мастер-класс)

Разовое посещение: 900 ₺ (теория) / 1 400 ₺ (мастер-класс)



ПЕРСОНА
ДЕТСТВО

Б. Печерская, 28, 2 этаж
Центр классической йоги