

Дата	Тема / Рекомендуемая последовательность занятий	Лектор	Описание лекций	Стоимость разового посещения
06 февраля (понедельник) 11:00	НОВЫЙ БЛОК ЛЕКЦИЙ!!! <u>Базовая лекция</u> <u>Музыкальная терапия, как основа гармоничной беременности и мягких родов</u>	Елена Терханова Автор и ведущая теоретических и практических занятий для будущих мам "Музыка Рождения" (музыкант, музыкальный терапевт, психолог)	Базовая лекция: «Музыкальная терапия, как основа гармоничной беременности и мягких родов» На данной лекции вы узнаете: <ul style="list-style-type: none"> • как музыка влияет на организм будущей мамы; • как организовать процесс дыхания и звучания, чтобы родить без боли и страха; • как сонстроить взаимодействие с малышом до рождения; • как создать «музыкально-терапевтическую аптечку» и подготовить звуковую программу в роды; • как правильно организовать музыкальную среду дома, чтобы гармонично прожить период беременности и максимально эффективно подготовиться к родам; • как взаимодействовать с малышом через звуковую среду в первые месяцы жизни. 	1150 р.
08 февраля (среда) 14:45	<u>Принципы вскармливания.</u>	Борисова Елена Александровна Врач – педиатр, гастроэнтеролог высшей категории	Правильное питание ребенка на 1 году жизни - основа его здоровья на все последующие годы жизни. На нашей лекции мы обсуждаем: <ul style="list-style-type: none"> • переход от грудного вскармливания к взрослой пище — введение прикорма. Когда, как, по каким принципам - чтобы не нанести вред здоровью малыша; • как приготовить или как выбрать из продукции промышленного производства детское питание; • что делать, если грудного молока нет или его мало. Чем будем кормить ребенка, чтобы он правильно развивался и рос. На что обратить особое внимание при выборе смеси; • как маме сохранить душевное спокойствие, если малыш отказывается от введения новых продуктов; 	1150 р.

Дата	Тема / Рекомендуемая последовательность занятий	Лектор	Описание лекций	Стоимость разового посещения
			<ul style="list-style-type: none"> питание ребенка с особыми диетическими потребностями. 	
09 февраля (четверг) 14:00	<p>БЕСПЛАТНАЯ ЛЕКЦИЯ! Уход за новорожденным. Приданное для малыша.</p>	<p>Капустина Софья Иосифовна Врач педиатр-неонатолог, высшая категория, зав.отделением</p>	<p>Сегодня новорожденного ждут дома. Ребенок родился, что дальше? Какое приданное приготовить для малыша? Как за ним правильно ухаживать? С какими сложностями столкнутся родители в первые месяцы жизни малыша? На все вопросы Вам ответит ведущий педиатр-неонатолог Капустина Софья Иосифовна.</p>	<p>Бесплатная лекция!!!</p>
10 февраля (пятница) 17:00	<p>Понять ребёнка от рождения до года, адаптация новорожденного (психология и воспитание).</p>	<p>Коршунова Елена Владимировна Практикующий психолог, гештальт-терапевт, работа с детско-родительскими отношениями</p>	<p>Как чувствует себя малыш в новом для него мире? Как происходит адаптация новорожденного к свету, температуре, новым запахам? На что похоже окружающее пространство? Что должны знать родители, чтобы правильно организовать уход за младенцем?</p> <p>На лекции Вы получите:</p> <ul style="list-style-type: none"> понимание формирования психики ребенка до рождения; особенности восприятия мира ребенком в первые месяцы жизни; знание о том, что влияет на формирование здоровой личности; навыки чувствования ребенка и его потребностей; плач ребенка: причины, способы успокоения; возможность спросить обо всем, что Вас интересует и поделиться переживаниями. 	<p>1150 р.</p>
13 февраля (понедельник) 11:00	<p>НОВЫЙ БЛОК ЛЕКЦИЙ!!!</p> <p>Блок №1 Основы звукотерапии в период беременности</p>	<p>Елена Терханова Автор и ведущая теоретических и практических занятий для будущих мам "Музыка Рождения"</p>	<p>1 блок:</p> <p>Основы звукотерапии в период беременности. Озвученное дыхание, сонорное звучание, расслабление через слоговые формулы. Формирование музыкальной среды для гармоничного состояния будущей мамы в домашней практике.</p>	<p>1150 р.</p>

Дата	Тема / Рекомендуемая последовательность занятий	Лектор	Описание лекций	Стоимость разового посещения
		(музыкант, музыкальный терапевт, психолог)		
15 февраля (среда) 14:45	Колики, срыгивания, запоры: основы успешной профилактики и коррекция	Борисова Елена Александровна Врач – педиатр, гастроэнтеролог высшей категории	Ни для кого не секрет, что практически у всех малышей в первые месяцы жизни бывают и колики, и газики, и от прочих напастей тоже ни один малыш и его родители не застрахованы. Однако выход все же есть – на лекции вы узнаете, как справиться со всеми возможными сложностями, а если останутся вопросы – доктор обязательно на них ответит!	1150р.
20 февраля (понедельник) 11:00	НОВЫЙ БЛОК ЛЕКЦИЙ!!! Блок №2 Работа с деструктивными программами через звук и дыхание	Елена Терханова Автор и ведущая теоретических и практических занятий для будущих мам "Музыка Рождения" (музыкант, музыкальный терапевт, психолог)	2 блок: Работа с деструктивными программами через звук и дыхание (боль, страх, паника в родах и т.д.). Сонастройка с малышом в мире перинатального детства. Формирование программы озвученного взаимодействия «Мама -малыш» на перинатальный и постнатальный период.	1150 р.
22 февраля (среда) 14:00	Все о родах БАЗОВОЕ ЗАНЯТИЕ !!!	Хрюкина Татьяна Сергеевна Врач-гинеколог	Теперь, когда наступила беременность, пора всерьез позаботиться о правильной подготовке к родам. Базовое занятие «Все о родах» посвящено тому, как грамотно подготовиться к родовому процессу. На лекции излагаются основные данные о беременности, родах и послеродовом периоде: <ul style="list-style-type: none"> • Предвестники родов • Собираем сумку в родильный дом • Маршрут на роды • Первый период родов • Второй период родов • Третий период родов • Послеродовый период 	1150 р.

Дата	Тема / Рекомендуемая последовательность занятий	Лектор	Описание лекций	Стоимость разового посещения
			<p>Лектор Школы мам, гинеколог Хрюкина Т.С. ответит на все вопросы по правильной подготовке к родам, расскажет о способах релаксации и медитации.</p>	
<p>25 февраля (суббота) 11:00</p>	<p>Искусство быть родителем. Программа о секретах РОДИТЕЛЬСКОГО СЧАСТЬЯ.</p> <p>(лекция для родителей детей 0-10 лет; длительность лекции 2,5 часа)</p>	<p>Коршунова Елена Владимировна Практикующий психолог, гештальт-терапевт, работа с детско-родительскими отношениями</p>	<p>За последние годы у людей наблюдается рост тревожности, стресса и накопленной усталости. Из-за жизни в неопределённости появляются страхи за жизнь и здоровье близких нам людей. Далеко не все готовы к неожиданному потоку негативных эмоций и обстоятельств, с которыми постоянно нужно справляться и не забывать о своей главной роли – родителя.</p> <p>Как сохранить спокойствие в острой ситуации, как бороться с хронической тревогой и как не испытывать страх за свое будущее и будущее наших детей? «Персона Детство» приглашает Вас принять участие в программе по улучшению своего состояния.</p> <p>Поговорим о «родительском счастье» и о разных секретах детского поведения, которые можно применять на практике для Благополучия Вашей семьи. Что главное для воспитания успешных и счастливых детей? По итогу каждой группы Вы узнаете техники позволяющие справляться с тревожным состоянием, получите навыки и знания как радоваться жизни не смотря на обстоятельства, которые происходят в Обществе и в Мире. До скорой встречи! С заботой о Вас!</p>	<p>1150р.</p>
<p>26 февраля (воскрес.) 10:00</p>	<p>Успешное естественное вскармливание с первых дней.</p> <p>Профилактика трудностей ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ.</p>	<p>Писарева Елена Владимировна Перинатальный психолог, консультант по ГРУДНОМУ ВСКАРМЛИВАНИЮ и уходу за новорожденными</p>	<p>Кормление ребенка грудью - важная составляющая материнства. Эти отношения между мамой и младенцем нужны не только для того, чтобы вскормить ребенка, дать ему максимум пользы и здоровья, но и для того, чтобы обеспечить ему чувство покоя и безопасности, то есть способствовать его психическому здоровью.</p> <p>К сожалению, не каждая будущая и молодая мама знает, с чем именно ей придется столкнуться в период кормления грудью, поскольку преемственность этого опыта от старшего поколения в современном мире искажена, а в некоторых семьях полностью разрушена.</p> <p>Наш курс позволит вам в любой ситуации, которая касается кормления грудью, сделать осознанный выбор. Вы найдете ответы на самые частые и волнующие</p>	<p>1150р.</p>

Дата	Тема / Рекомендуемая последовательность занятий	Лектор	Описание лекций	Стоимость разового посещения
			<p>вопросы о кормлении, вселит уверенность в своих силах.</p> <p>Почему так важно кормить ребенка грудью? Как и зачем готовиться к этому? Простым языком о физиологии лактации и гормонах. Что способствует и что мешает этому процессу? Практика правильного захвата и позы для кормления. Нужно ли сцеживаться и как это делать? Так ли нужны ли заменители маминой груди? Как оценить достаток молока и что делать при наиболее частых трудностях, с которыми встречается кормящая мама. Как маме питаться, чтобы ей и ребенку было хорошо?</p> <p>Материалы соответствуют рекомендациям ВОЗ/ЮНИСЕФ, сопровождаются наглядными материалами и макетами.</p>	
<p>27 февраля (понедельник) 11:00</p>	<p><u>НОВЫЙ БЛОК ЛЕКЦИЙ!!!</u> <u>Блок №3</u> <u>Роды, как природный процесс (длительность 1 час)</u></p>	<p>Елена Терханова Автор и ведущая теоретических и практических занятий для будущих мам "Музыка Рождения" (музыкант, музыкальный терапевт, психолог)</p>	<p>Роды, как природный процесс. Сонастройка через дыхательные и звуковые практики на родовой период. Работа с болью в родах через звук. Составление родовой звуковой программы. Музыка в роды.</p>	<p>1150 р.</p>

НОВИНКА!!! Блок теоретических и практических занятий для будущих мам "Музыка Рождения"

Познавательные музыкально-терапевтические встречи для "мамы ,которая ждёт ребёнка, и для ребёнка, которого ждёт мир".

Что такое звук? Какова его природа? Какой палитрой он может быть наполнен? И какой великой целительной силой он обладает? Как настроить свой организм на гармоничные роды? И что такое звуковой расслабляющий массаж?

Эти и многие другие вопросы откроют для вас свои ответы на наших встречах!

Мы будем петь, дышать, расслабляться в звуковом творчестве, перерождаться и наслаждаться звучанием, познавая себя заново! А ещё... каждая из вас узнает:

- как музыка влияет на организм будущей мамы и правильное формирование малыша,
- как выбрать полезную музыку для прослушивания в этот период,
- какую музыку категорически слушать нельзя, т.к. она может разрушать еще не сформировавшегося младенца!
- как музыка может помочь в родах,
- как правильно выбирать музыку для малыша, согласно его возрасту и особенностям развития с 0-до 3х лет,
- для чего нужно музыкальное воздействие на ребенка до рождения и в первые три года его жизни, и как музыка влияет на развитие малыша в этот трехлетний период,
- как организовать музыкальное общение с малышом в период беременности, еще до его рождения,
- что такое мягкое музыкальное развитие малышей до 2-х лет,
- как неправильно подобранная музыка может пагубно влиять на эмоциональное состояние малыша, его речевое развитие и физическое состояние.

А также вас ждут:

- звуковые упражнения на снятие боли и напряжения;
- дыхательная гимнастика;
- творчество звука;
- цветотерапия и музыкальная релаксация.

Запись на лекции ШКОЛЫ МАМ по тел.: 4 22 30 60