

Расписание занятий программы циклового курса «Школа материнства» Май 2022 г.

Дата	Тема / Рекомендуемая последовательность занятий	Лектор	Описание лекций
04 мая (среда) 14:00	Все о родах БАЗОВОЕ ЗАНЯТИЕ !!!	Хрюкина Татьяна Сергеевна Врач-гинеколог	<p>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:</p> <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 <p>Лектор Школы мам, гинеколог Хрюкина Т.С. ответит на все вопросы по правильной подготовке к родам, расскажет о способах релаксации и медитации.</p>
07 мая (суббота) 13:00	Периоды родов, техники дыхания и релаксации (лекция 1)	Сёмина Мария Михайловна Врач акушер-гинеколог	Разбираем предвестники родов; первый, второй и третий периоды родов; что брать с собой в роддом; шкала Апгар; что делать во время схваток; дыхание, методы релаксации, практические методики как помочь себе.
11 мая (среда) 14:45	Принципы вскармливания.	Борисова Елена Александровна Врач – педиатр, гастроэнтеролог высшей категории	Как разобраться в многообразии смесей, что подобрать малышу и как правильно кормить. Введение прикорма на первом году жизни.
12 мая (четверг) 13:00	Послеродовый период, восстановление после родов, уход за собой и малышом (лекция 2)	Сёмина Мария Михайловна Врач акушер-гинеколог	Разбираем изменения в послеродовом периоде; уход, восстановление после родов; на что обратить внимание, что приготовить.
17 мая (вторник)	Понять ребёнка от рождения до года.	Коршунова Елена Владимировна	Как чувствует себя малыш в новом для него мире? Как происходит адаптация новорожденного к свету, температуре,

Дата	Тема / Рекомендуемая последовательность занятий	Лектор	Описание лекций
18:00	адаптация новорожденного (психология и воспитание).	Практикующий психолог, гештальт-терапевт, работа с детско-родительскими отношениями	<p>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.
18 мая (среда) 14:00	Все о родах БАЗОВОЕ ЗАНЯТИЕ !!!	Хрюкина Татьяна Сергеевна Врач-гинеколог	<p>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:</p> <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 <p>Лектор Школы мам, гинеколог Хрюкина Т.С. ответит на все вопросы по правильной подготовке к родам, расскажет о способах релаксации и медитации.</p>
19 мая (четверг) 14:00	Уход за новорожденным. Приданное для малыша.	Капустина Софья Иосифовна Врач педиатр-неонатолог, высшая категория, зав.отделением	<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>
22 мая (воскрес.) 10:00	Успешное естественное вскармливание с первых дней. Профилактика трудностей ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ.	Писарева Елена Владимировна Перинатальный психолог, консультант по ГРУДНОМУ ВСКАРМЛИВАНИЮ и уходу за новорожденными	<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 вопросы о кормлении, вселит уверенность в своих силах.</p>

Дата	Тема / Рекомендуемая последовательность занятий	Лектор	Описание лекций
			<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>25 мая (среда) 14:45</p>	<p>Колики, срыгивания, запоры: основы успешной профилактики и коррекция</p>	<p>Борисова Елена Александровна Врач – педиатр, гастроэнтеролог высшей категории</p>	<p>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!</p>
<p>26 мая (четверг) 14:00</p>	<p>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>28 мая (суббота) 11:00</p>	<p>НОВАЯ ЛЕКЦИЯ!!!</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>

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