

## **ŠOLA ZA STARŠE**

Namenjena je nosečnicam in njihovim spremljevalcem v zgodnji nosečnosti. Seznanijo se s potekom nosečnosti, preiskavami v nosečnosti, pomenom telesne aktivnosti, zdravo prehrano in pomenom dojenja.

Šole za starše se udeležite v prvih štirih mesecih nosečnosti.

**Prijava je potrebna na [zvc@zd-hrastnik.si](mailto:zvc@zd-hrastnik.si) ali 035654474.**

Predavanja potekajo v sejni sobi ZD Hrastnik. Potrdilo o opravljeni šoli dobite na srečanju.

### **JANUAR**

**20.1.2016 ob 13.00 uri na fizioterapiji**

**21.1.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

**22.1.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

### **MAREC**

**2.3.2016 ob 13.00 uri na fizioterapiji**

**3.3.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

**4.3.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

### **APRIL**

**13.4.2016 ob 13.00 uri na fizioterapiji**

**14.4.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

**15.4.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

### **MAJ**

**25.5.2016 ob 13.00 uri na fizioterapiji**

**26.5.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

**27.5.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

### **AVGUST**

**24.8.2016 ob 13.00 uri na fizioterapiji**

**25.8.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

**26.8.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

### **SEPTEMBER**

**21.9.2016 ob 13.00 uri na fizioterapiji**

**22.9.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

**23.9.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

### **OKTOBER**

**19.10.2016 ob 13.00 uri na fizioterapiji**

**20.10.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

**21.10.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

### **NOVEMBER**

**23.11.2016 ob 13.00 uri na fizioterapiji**

**24.11.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

**25.11.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

## **PRIPRAVA NA POROD**

Namen priprave na porod je, da nosečnice in njihove partnerje kar najbolje seznanimo z dogajanjem v posameznih porodnih dobah, poteku poroda, dihanjem med porodom, s poporodnim obdobjem ter nego in prehrano dojenčka.

**Prijava je potrebna na [zvc@zd-hrastnik.si](mailto:zvc@zd-hrastnik.si) ali 035654474.**

Predavanja potekajo v sejni sobi ZD Hrastnik. Potrdilo o opravljeni šoli dobite na srečanju.

#### **FEBRUAR**

**11.2.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

**12.2.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

#### **MAREC**

**17.3.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

**18.3.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

#### **MAJ**

**5.5.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

**6.5.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

#### **JUNIJ**

**2.6.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

**3.6.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

#### **AVGUST**

**30.8.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

**31.8.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

#### **SEPTEMBER**

**15.9.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

**16.9.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

#### **NOVEMBER**

**3.11.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

**4.11.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

#### **DECEMBER**

**1.12.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**

**2.12.2016 ob 11.30 uri v sejni sobi ZD Hrastnik**