

Materinska šola- Šola za starše



Program šole za bodoče starše

Materinska šola- Šola za starše je namenjena nosečnicam in njihovim partnerjem v zgodnji nosečnosti (do 20. tedna nosečnosti) in drugi polovici nosečnosti. Ker se nahajate v življenjskem obdobju, ki Vam bo prineslo veliko novega, Vas vljudno vabimo v šolo za bodoče starše, kjer Vam bomo pomagali, da bo prihod v nov način življenja čim lažji. Nosečnica pa ima v zadnjem trimesečju tudi pravico do enega patronažnega obiska.

Namen predavanj je, da Vas seznanimo s potekom nosečnosti, preiskavami v nosečnosti, pomenom telesne dejavnosti v nosečnosti, zdravo prehrano, pomenom dojenja, pripravo na porod (posamezne porodne dobe, potek poroda, dihanje med porodom, poporodno obdobje, nega in prehrana dojenčka).

Predavanja so brezplačna in potekala bodo v ZD Hrastnik v sejni sobi, telesna vadba v prostoru fizioterapije. Potrdilo o opravljeni šoli dobite na srečanju.

Na prvo srečanje (telesna vadba) pridejo samo nosečnice, brez partnerjev. V ostalih dnevih materinske šole, pa so očetje več kot dobrodošli.

Prosimo, da potrdite vašo udeležbo na zvc@zd-hrastnik.si ali na tel. št.: 03/56-54-474. (PON.,SRE.,ČET., PET., 7:30-14:30 IN TOREK 12:30-19:30).

Se vidimo! Vaš kolektiv ZD Hrastnika ☺

POTEK PREDAVANJ:**JANUAR 2019**

DATUM IN URA	TEMA	IZVAJALEC
16.01.2019 ob 15.00h	Telesna dejavnost v času nosečnosti.	Katarina Radak, viš.fth
17.01.19 ob 12:00	Matične celice.	Biobanka
18.01.19 ob 12:00	Potek nosečnosti, pregledi, prehrana, sprostivne vaje, dojenje, zdravi zobje, priprava na porod,..	Tamara Zemljak, dipl. m.s
24.01.19 ob 12:00	Porod in dihalne vaje, sodelovanje partnerja, nega novorojenčka, gibalni razvoj novorojenčka- baby handling,..	Tamara Zemljak, dipl. m.s in Marija Laneger, dipl. m.s
25.01.19 ob 12:00	Rooming in, ženska po porodu, kontacepcija po porodu, oprema za novorojenčka,..	Tamara Zemljak, dipl. m.s

FEBRUAR 2019

DATUM IN URA	TEMA	IZVAJALEC
13.2.19 ob 15: 00	Telesna dejavnost v času nosečnosti.	Katarina Radak, viš.fth
14.2.19 ob 12:00	Matične celice.	Biobanka
15.2.19 ob 12:00	Potek nosečnosti, pregledi, prehrana, sprostivne vaje, dojenje, zdravi zobje, priprava na porod,..	Tamara Zemljak, dipl. m.s
21.2.19 ob 12:00	Porod in dihalne vaje, sodelovanje partnerja, nega novorojenčka, gibalni razvoj novorojenčka- baby handling,..	Tamara Zemljak, dipl. m.s in Marija Laneger, dipl. m.s
22.2.19 ob 12:00	Rooming in, ženska po porodu, kontacepcija po porodu, oprema za novorojenčka,..	Tamara Zemljak, dipl. m.s

MAREC 2019

DATUM IN URA	TEMA	IZVAJALEC
13.03.19 ob 15:00	Telesna dejavnost v času nosečnosti.	Katarina Radak, viš.fth
14.03.19 ob 12:00	Matične celice.	Biobanka
15.03.19 ob 12:00	Potek nosečnosti, pregledi, prehrana, sprostivne vaje, dojenje, zdravi zobje, priprava na porod,..	Tamara Zemljak, dipl. m.s
21.3.19 ob 12:00	Porod in dihalne vaje, sodelovanje partnerja, nega novorojenčka, gibalni razvoj novorojenčka- baby handling,..	Tamara Zemljak dipl. m.s in Marija Laneger, dipl. m.s
22.3.19 ob 12:00	Rooming in, ženska po porodu, kontacepcija po porodu, oprema za novorojenčka,..	Tamara Zemljak, dipl. m.s

APRIL 2019

DATUM IN URA	TEMA	IZVAJALEC
10.04.19 ob 15:00	Telesna dejavnost v času nosečnosti.	Katarina Radak, viš.fth
11.04.19 ob 12:00	Matične celice.	Biobanka
12.04.19 ob 12:00	Potek nosečnosti, pregledi, prehrana, sprostivne vaje, dojenje, zdravi zobje, priprava na porod,..	Tamara Zemljak, dipl. m.s
18.04.19 ob 12:00	Porod in dihalne vaje, sodelovanje partnerja, nega novorojenčka, gibalni razvoj novorojenčka- baby handling,..	Tamara Zemljak, dipl. m.s in Marija Laneger, dipl. m.s
19.04.19 ob 12:00	Rooming in, ženska po porodu, kontacepcija po porodu, oprema za novorojenčka,..	Tamara Zemljak, dipl. m.s

MAJ 2019

DATUM IN URA	TEMA	IZVAJALEC
08.05.19 ob 15:00	Telesna dejavnost v času nosečnosti.	Katarina Radak, viš.fth.
09.05.19 ob 12:00	Matične celice.	Biobanka
10.05.19 ob 12:00	Potek nosečnosti, pregledi, prehrana, sprostivne vaje, dojenje, zdravi zobje, priprava na porod,..	Tamara Zemljak, dipl. m.s
16.05.19 ob 12:00	Porod in dihalne vaje, sodelovanje partnerja, nega novorojenčka, gibalni razvoj novorojenčka- baby handling,..	Tamara Zemljak, dipl. m.s in Marija Laneger, dipl. m.s
17.05.19 ob 12:00	Rooming in, ženska po porodu, kontacepcija po porodu, oprema za novorojenčka,..	Tamara Zemljak, dipl. m.s

JUNIJ 2019

DATUM IN URA	TEMA	IZVAJALEC
05.06.19 ob 15:00	Telesna dejavnost v času nosečnosti.	Katarina Radak, viš.fth.
06.06.19 ob 12:00	Matične celice.	Biobanka
07.06.19 ob 12:00	Potek nosečnosti, pregledi, prehrana, sprostivne vaje, dojenje, zdravi zobje, priprava na porod,..	Tamara Zemljak, dipl. m.s
13.06.19 ob 12:00	Porod in dihalne vaje, sodelovanje partnerja, nega novorojenčka, gibalni razvoj novorojenčka- baby handling,..	Tamara Zemljak, dipl. m.s in Marija Laneger, dipl. m.s
14.06.19 ob 12:00	Rooming in, ženska po porodu, kontacepcija po porodu, oprema za novorojenčka,..	Tamara Zemljak, dipl. m.s

JULIJ IN AVGUST 2019: Šola za starše se ne izvaja.

RAZPORED MATERINSKE ŠOLE OD SEPTEMBRA 2019 NAPREJ BO OBJAVLJEN NA INTERNETNI STRANI ZD HRASTNIK, NAJKASNEJE DO 30.6.2019!