

## **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.

**Priprave na porod se udeležite 2 meseca pred porodom.** Prijavite se lahko ob torkih in petkih med 11.00 in 12.00 uro na telefonsko številko: 03-56-54-474 ali na e-mail: [zvc@zd-hrastnik.si](mailto:zvc@zd-hrastnik.si)

Predavanja bodo potekala v sejni sobi ZD Hrastnik.

V kolikor bo prišlo do spremembe v datumih srečanj, bo to objavljeno na spletni strani ZD Hrastnik.

Potrdilo o opravljeni pripravi na porod dobite na srečanju.

### **FEBRUAR**

6.2.2012 ob 13.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

7.2.2012 ob 10 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

### **MAREC**

20.3.2012 ob 13.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

23.3.2012 ob 10.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

### **MAJ**

8.5.2012 ob 13.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

11.5.2012 ob 10.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

### **JUNIJ**

5.6.2012 ob 13.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

8.6.2012 ob 10.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

## **AVGUST**

28.8.2012 ob 9.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

30.8.2012 ob 12.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

## **SEPTEMBER**

18.9.2012 ob 13.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

21.9.2012 ob 10.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

## **NOVEMBER**

6.11.2012 ob 13.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

9.11.2012 ob 10.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

## **DECEMBER**

4.12.2012 ob 13.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

7.12.2012 ob 10.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

# ŠOLA ZA STARŠE

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

**Šole za starše se udeležite v prvih štirih mesecih nosečnosti.** Prijavite se lahko ob torkih in petkih med 11.00 in 12.00 uro na telefonsko številko: 03-56-54-474 ali na e-mail: [zvc@zd-hrastnik.si](mailto:zvc@zd-hrastnik.si)

Predavanja bodo potekala v sejni sobi ZD Hrastnik.

V kolikor bo prišlo do spremembe v dnevih srečanj, bo to objavljeno na spletni strani ZD Hrastnik.

Potrdilo o opravljeni šoli za starše dobite na srečanju.

## JANUAR

24.1.2012 ob 13.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

25.1.2012 ob 13.00 uri na fizioterapiji v ZD Hrastnik

27.1.2012 ob 10.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

## MAREC

6.3.2012 ob 13.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

7.3.2012 ob 13.00. uri v sejni sobi ZD Hrastnik

9.3.2012 ob 10.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

## APRIL

17.4.2012 ob 13.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

18.4.2012 ob 13.00 uri na fizioterapiji v ZD Hrastnik

20.4.2012 ob 10.00 uri v sejni sobi v ZD Hrastnik

## MAJ

29.5.2012 ob 13.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

30.5.2012 ob 13.00 uri na fizioterapiji v ZD Hrastnik

1.6.2012 ob 10.00 uri v sejni sobi

## AVGUST

28.8.2012 ob 13.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

29.8.2012 ob 13.00 uri na fizioterapiji v ZD Hrastnik

31.8.2012 ob 10.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

## SEPTEMBER

25.9.2012 ob 13.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

26.9.2012 ob 13.00 uri na fizioterapiji v ZD Hrastnik

28.9.2012 ob 10.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

## OKTOBER

23.10.2012 ob 13.00uri v sejni sobi ZD Hrastnik

24.10.2012 ob 13.00 uri na fizioterapiji v ZD Hrastnik

26.10.2012 ob 10.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

## NOVEMBER

27.11.2012 ob 13.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik

28.11.2012 ob 13.00 uri na fizioterapiji v ZD Hrastnik

30.11.2012 ob 10.00 uri v sejni sobi ZD Hrastnik