

Harmonogram zajęć Szkoły Rodzenia na Granicznej



Dwie grupy godz. 17 lub 19

21 listopada	Sprawy organizacyjne Wiadomości o ciąży i porodzie - spotkanie z położną Słuchanie tętna płodu
22 listopada	Ćwiczenia dla pań
24 listopada	Przebieg i okresy porodu Rola ojca podczas porodu Rodzaje znieczulenia
28 listopada	Sprawy urzędowe związane z urodzeniem Wyprawka do domu Torba do szpitala Oferta Polskiego Banku Komórek Macierzystych
29 listopada	Ćwiczenia dla pań
1 grudnia	Spotkanie z psychologiem
5 grudnia	Pokaz pierwszej pomocy u noworodka
6 grudnia	Ćwiczenia dla pań
8 grudnia	Pokaz kąpieli i pielęgnacji noworodka - spotkanie z położną Prezentacja kosmetyków do pielęgnacji Firmy ADAMED
12 grudnia	Higiena połogu, pielęgnacja ran, karmienie piersią - spotkanie z położną
13 grudnia	Ćwiczenia dla pań
15 grudnia	Pokaz chustonoszenia/prosimy o przyniesienia misia i chusty jeżeli Państwo posiadają

W każdą środę o godzinie 17.00 ćwiczenia dla pań. Na ćwiczenia zapraszamy aż do momentu porodu. Na zajęcia z ćwiczeniami prosimy o ubranie się w luźny strój niekrępujący ruchów.

Przed rozpoczęciem zajęć będziemy prosić każdorazowo o okazanie karty NFZ celem weryfikacji ubezpieczenia.

W razie nieobecności prosimy o informację pod numer telefonu 782 493 923.

Jeżeli zdecydują się Państwo skorzystać z usług naszej położnej środowiskowej po porodzie w celu realizacji wizyt patronażowych u maluszka również proszę kontaktować się pod numer telefonu podany powyżej.