



Zdravstveni dom Celje

PRIPRAVA NA POROD IN STARŠEVSTVO JZ ZD CELJE



Vodja priprav: Jožica Štraus, dipl. babica, IBCLC

PROGRAM PRIPRAVA NA POROD IN STARŠEVSTVO JE RAZDELJEN NA ŠOLO ZA BODOČE STARŠE IN ŠOLO ZA ŽE STARŠE – NASVETI IN POGOVORI O DOJENČKU.

A. PROGRAM PRIPRAVA NA POROD VKLJUČUJE 5 SREČANJ, NA KATERIH PRIDOBITE SLEDEČE:

- 1) Predavanje o zgodnji nosečnosti do 24. tedna + telesna vadba s fizioterapevtko Petro Rosina**
 - 1. ali 3. ponedeljek od 16.00 do 19.00 ure (preko zooma).
 - Pridobite informacije o nosečnosti, zdravstvenem varstvu nosečnic, o zdravem življenjskem slogu, o telesni aktivnosti, o možnih zapletih v nosečnosti ter o spremembah v partnerstvu med nosečnostjo.
- 2) Predavanje o nosečnosti po 28. tednu, o pripravi na porod ter o poteku poroda (1. in 2. porodna doba):**
 - Ob ponedeljkih po urniku
- 3) Predavanje o poteku poroda (3., in 4. porodna doba), predavanje o dojenju, o odvzemu matičnih celic ter o manj pleničarstvu:**
 - Ob torkih po urniku.
- 4) Vsebine o novorojenčku ter praktični del pravilnega rokovanja z novorojenčkom oz. handling:**
 - Ob sredah po urniku
- 5) O duševnem zdravju med nosečnostjo/po porodu, o spremembah v partnerstvu po porodu ter o masaži dojenčka:**
 - Ob četrtek po urniku

B. MOŽNOST JE TUDI SAMO TREH INDIVIDUALNIH SREČANJ ZA RIZIČNE SKUPINE ALI INDIVIDUALNO SREČANJE PO ZOOMU (praktični del).

C. PO PORODU, PA POTEKAJO ŠE TRI SREČANJA, »NASVETI IN POGOVORI O DOJENČKU – ŠOLA ZA ŽE STARŠE«:

- 1) Prvo srečanje (v starosti otroka 1,5 – 3. mesecev)**
- 2) Drugo srečanje (v starosti otroka 4,5 – 6 mesecev)**
- 3) Tretje srečanje (v starosti otroka 9 – 11 mesecev)**

NA VSA SREČANJA SE JE POTREBNO PREDHODNO NAROČITI!

Naročanje poteka od ponedeljka do četrтка med **14.00 in 15.00 uro** ter **2. in 4. teden tudi dopoldne od 7.00 do 8.00 ure**, preko spletne pošte: sola.starsev@zd-celje.si ali **telefonske št.: 03/ 543 44 37**