

"Zosieńka" w pigułce, czyli kurs weekendowy szkoły rodzenia jest bardzo wygodną formą przygotowania do porodu, jeśli rodziłaś już dzieci lub czas pracy zawodowej nie pozwala Ci skorzystać z pełnej formy szkoły rodzenia. Zajęcia odbywają się w sobotę i niedzielę do południa i po południu z przerwą na lunch.

W przyjemnej atmosferze, w formie warsztatowej w zaledwie dwa dni przekażemy Wam wiedzę i nowości w zakresie przebiegu porodu i połogu, pielęgnacji i opieki nad noworodkiem oraz laktacji.

W programie m.in.:

Poród. Wykład

- Objawy przepowiadające poród.
- Co zabrać do szpitala.
- Przyjęcie do porodu.
- Przebieg porodu fizjologicznego: omówienie czterech okresów porodu – fizjologia, sekrecja hormonów, emocje, typowe zachowania.

Poród. Zajęcia warsztatowe

- Znieczulenie zewnątrzoponowe.
- Aktywne pozycje porodowe, metody łagodzenia bólu, techniki oddechowe, sposoby parcia, nauka relaksacji w przerwach międzyskurczowych, masaż.
- Rola osoby towarzyszącej w porodzie (mąż, partner, doula).

Połów

Karmienie noworodka – Laktacja

Szczegółowy program do pobrania [TUTAJ](#).

Miejsce:

Zajęcia odbywają się w sobotę i niedzielę, w godz. 10:00-13:00 i 14:00-17:00 na terenie Szpitala Specjalistycznego św. Zofii przy ul. Żelaznej 90 w Warszawie

Terminy i opłaty:

Najbliższe kursy weekendowe Szkoły Rodzenia "Zosieńka" odbędą się:
10:00-17:00

- 11-12.01.2025
- 22-23.02.2025
- 29-30.03.2025
- 26-27.04.2025
- 10-11.05.2025
- 7-8.06.2025

Koszt uczestnictwa w zajęciach weekendowych – 700 zł za os. lub parę.

Jeśli masz dodatkowe pytania, zadzwoń na numer: [+48 668 308 855](tel:+48668308855) (pon-pt. 10.00 – 15.00) lub napisz: dydaktyka@szpitalzelazna.pl.

smartslider3[144]