

Zapraszamy do udziału w **nieodpłatnych** zajęciach w Szkole Rodzenia „Zosieńka” działającej przy Szpitalu św. Zofii. Zajęcia w całości są finansowane przez Miasto Stołeczne Warszawa dla Rodziców, którzy spełniają kryteria.

Bezpłatna Szkoła Rodzenia. Kto może skorzystać?

Na **nieodpłatny kurs** zapraszamy, jeśli (wystarczy spełniać jeden warunek):

- Jesteś zameldowana na pobyt stały lub czasowy na terenie m. st. Warszawy,
- Masz zaświadczenie o pobycie w domu dla matek z małoletnimi dziećmi i kobiet w ciąży lub w innej placówce opiekuńczej na terenie m.st. Warszawy lub takiej, z którą m.st. Warszawa podpisało właściwą umowę,
- Zamieszkujesz na terenie m.st. Warszawy i rozliczasz podatek dochodowy od osób fizycznych w urzędzie skarbowym na terenie m.st. Warszawy.

Panie, które nie spełniają ww. warunków zapraszamy na zajęcia do PŁATNEJ szkoły rodzenia – ["Zosieńka" płatna](#)

Jak wyglądają zajęcia?

Zajęcia w szkole rodzenia "Zosieńka" odbywają się stacjonarnie w Szpitalu św. Zofii, ul. Żelazna 90 oraz w Przychodni św. Zofii, ul. Nowolipie 25. **Kurs obejmuje 5 spotkań.** Zajęcia prowadzone są zarówno w godzinach porannych jak i popołudniowych.

Program zajęć

Kurs obejmuje **6** spotkań i **7** tematów:

- Przygotowanie do porodu
- Poród
- Połóg. Psychologiczne aspekty ciąży, porodu i porożu
- Karmienie noworodka i laktacja
- Abc pielęgnacja noworodka
- Spotkanie z fizjoterapeutą

Informujemy, że na zakończenie pierwszych zajęć szkoły rodzenia przewidziany jest spacer po szpitalu Św. Zofii. W spacerze wezmą udział same Panie, osoby towarzyszące zostaną poproszone o poczekanie w głównym holu szpitala.

Kto prowadzi zajęcia?

Zajęcia w ramach naszej szkoły rodzenia prowadzą położne i fizjoterapeutki pracujące na co dzień w Szpitalu św. Zofii w Warszawie.

Są to osoby z wieloletnim doświadczeniem zawodowym, pasją i miłością do położnictwa, które stale doskonalą się i uaktualniają swoją wiedzę. Od wielu lat prowadzą zajęcia w ramach stacjonarnej Szkoły Rodzenia „Zosieńka”, żeby jak najlepiej pomóc Wam przygotować się do porodu, porożu i opieki nad noworodkiem.

Jak się przygotować do zajęć?

Należy przygotować:

- dowód osobisty,
- wygodny strój,
- obuwie na zmian.

Jakie są terminy zajęć?

W Szkole Rodzenia „Zosieńka” kursy dla Rodziców prowadzone przez cały rok, dlatego wystarczy, że się zapiszesz. Na zajęcia zapraszamy od 27/28 tygodnia ciąży tak, aby można było je ukończyć nie później niż 3-4 tygodnie przed wyznaczonym terminem porodu.

Zajęcia odbywają się zarówno w godzinach porannych, jak i popołudniowych. Dokładne godziny i terminy spotkań przesyłamy po zapisaniu na konkretny termin.

smartslider3[144]

smartslider3[282]