



Przedstawiam Ci mój autorski **plan szkoły rodzenia**. Podczas kursu spodziewaj się ogromnej ilości przydatnych informacji i praktycznych ćwiczeń, które pomogą przygotować się do porodu i nowej roli rodzica.

Na każdym zajęciach znajdzie się przestrzeń na Twoje pytania i rozwianie wszelkich wątpliwości

Do zobaczenia w Moi mili!

Kiedy jechać do szpitala?

-

Przebieg porodu naturalnego

-

Metody łagodzenia bólu

-

Pozycje wertykalne

-

Ochrona i masaż krocza

Cięcie cesarskie
-
Rola osoby towarzyszącej
-
Plan porodu
-
Wybór szpitala w Poznaniu

PORÓD



Autentyczny połów

-

Fakty i mity o karmieniu piersią

-

Techniki karmienia piersią

-

Wskaźniki skutecznego karmienia

-

Laktacyjne problemy i akcesoria



Pielęgnacja i pierwsza kąpiel

-

Prawidłowe podnoszenie i noszenie

-

Wyprawka



Problemy noworodkowe

-

Pierwsza pomoc

-

Bezpieczny sen

NOWORODEK

