



В ЦЕНТРЕ СЕМЬИ ПРОВОДЯТСЯ

вход со двора родильного дома

- * послеродовая гимнастика для грудничков, младенцев и мам
- * массаж для грудничков
- * водный массаж душем для беременных
- * плавание до 6 кг в ванной для грудничков (индивидуальное занятие)
- * купание в бассейне под наблюдением тренера для семей с маленькими детьми

Цены на услуги центра семьи, расписание и регистрация на странице:
www.synnitusmaja.ee

Администратор центра семьи: 666 5588
(понедельник - пятница 9.00-20.00)



Для кормящих матерей



 1 капсула в день



способствует развитию мозга и зрительной функции у ребенка



помогает снять усталость и утомление матери



поддерживает иммунную систему матери



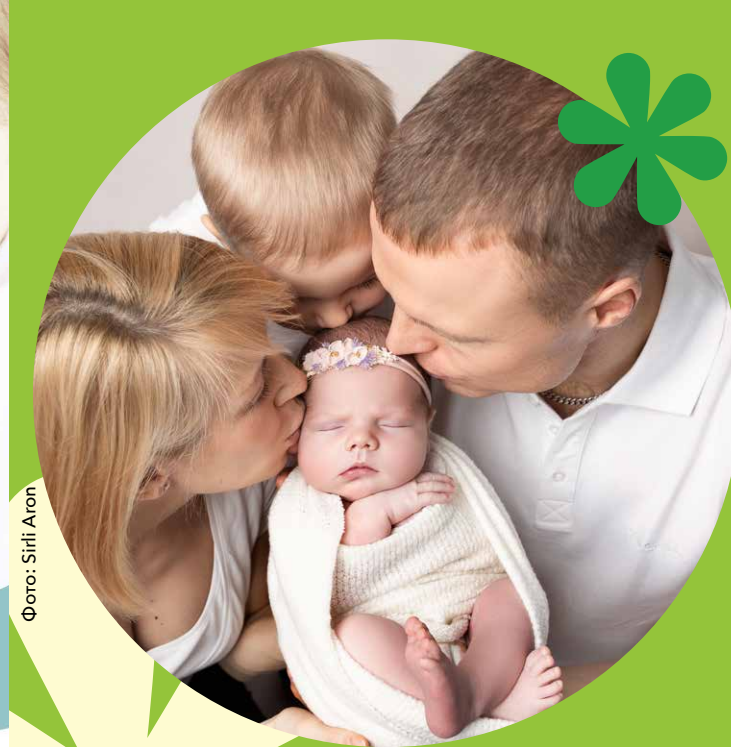
способствует сохранению здоровья костей матери

LEE.MKT.10.2019.0999

Пищевая добавка. Пищевую добавку не следует использовать для замены разнообразного и сбалансированного рациона. Пищевая добавка не является заменой здорового образа жизни. Не превышать рекомендуемую суточную норму. Дополнительная информация: Bayer OÜ, Löötsa 12, Tallinn 11415, тел.: +372 655 8565



Фото: Siriti Aron



СЕМЕЙНАЯ ШКОЛА ПЕЛЬГУЛИННА

Все лекции происходят в он-лайн режиме, у вас будет возможность получить ответы на ваши вопросы.

1.03 - 30.06.2021
На русском языке

ПРЕЗЕНТАЦИЯ РОДДОМА ПЕЛЬГУЛИННА

23. март 13. апрель 11. май 29. июнь
на русском языке

в 17.30
БЕСПЛАТНО!



Регистрация в группу по интернету:
www.synnitusmaja.ee



РОДЫ

- * Предвестники родов
- * Когда собираться в Соддом и что взять собой
- * Об открытии шейки матки и рождении ребёнка
- * О плаценте, околоплодных водах и вспомогательных позах при родах

15. март * 5. апрель * 17. май * 14. июнь в 15.00

ОНЛАЙН Акушерка ОЛЬГА НИЙТСОО

ПОДДЕРЖКА ВО ВРЕМЯ РОДОВ

- * Какую помощь роженице может оказать помощник
- * Обучаем как правильно дышать во время родов
- * Обучаем массажу во время схваток
- * Как успокоить и поддержать роженицу
- * Смотрим фильм

16. март * 12. апрель * 4. май * 1. июнь в 17.00

ОНЛАЙН Акушерка ИННА СИЛИН

ОБЕЗБОЛИВАНИЕ В РОДАХ

- * Как облегчить боль в родах
- * Обучение правильному дыханию во время родов
- * Медикаментозное обезболивание
- * Эпидуральная анестезия, фильм
- * Виды наркоза при операции кесарево сечение

9. март * 19. апрель * 19. май * 8. июнь в 17.00

ОНЛАЙН Акушерка ОЛЬГА НИЙТСОО

ТЕХНИКА ДЫХАНИЯ И РАССЛАБЛЕНИЯ ВО ВРЕМЯ РОДОВ

Практические занятия и обучение правильному дыханию во время родов
Посмотр фильма и анализ

22. март * 12. апрель * 4. май * 1. июнь в 15.00

ОНЛАЙН Акушерка ИННА СИЛИН

ГРУДНОЕ МОЛОКО И КОРМЛЕНИЕ

- * Из чего состоит материнское молоко
- * Правильные положения при кормлении ребенка
- * Что надо делать, чтобы хватило молока
- * Болезненные соски, уплотнение в груди при скоплении молока
- * Воспаление груди
- * Фильм о кормлении грудью

18. март * 16. апрель * 14. май * 4. июнь в 14.00

ОНЛАЙН Детская сестра ОЛЬГА ЧЕРНУХО

УХОД ЗА НОВОРОЖДЕННЫМ

- * Первые дни с ребёнком в роддоме и дома
- * Туалет новорожденного (уход за пупком, кожей, купание)
- * Беспокойный ребёнок (плач ребёнка, боли при газах, как помочь)
- * Как правильно держать ребёнка, как успокоить
- * Как массировать ребёнка при болях в животе

18. март * 16. апрель * 14. май * 4. июнь в 16.00

ОНЛАЙН Детская сестра ОЛЬГА ЧЕРНУХО

ПОСЛЕРОДОВОЙ ПЕРИОД

- * Послеродовые процедуры, режим и документация
- * Восстановление, психологическая поддержка, питание
- * Возможные осложнения и их устранение
- * Секс и средства контрацепции
- * Упражнения для мышц влагалища

23. март * 13. апрель * 11. май * 29. июнь в 15.30

ОНЛАЙН Акушерка ИННА СИЛИН

ЦЕНА ОДНОЙ ЛЕКЦИИ 9 €

9€ AS Lääne Tallinna Keskhaigla
EE081010220022881019

На все лекции необходимо регистрироваться:
www.synnitusmaja.ee

Каждый месяц с 20-го числа в 20.00 можно зарегистрироваться на лекции следующего месяца:
www.synnitusmaja.ee

Регистрация на лекцию в семейной школе и оплата:

* Зарегистрируйтесь на сайте bronn.ee
(Pelgulinna sünnitusmaja->loengud est või rus)

* Сделайте предоплату не позже чем за 24 часа до начала лекции
Реквизиты: 9€ AS Lääne Tallinna Keskhaigla
EE081010220022881019

Если перевод не осуществится вовремя и до лекции остаётся меньше, чем 24 часа, пришлите квитанцию, подтверждающую платёж perekool@synnitusmaja.ee

* В день лекции по электронной почте пришлём ссылку, по которой попадёте на лекцию.

* В пояснении обязательно укажите вообще полное имя и дату лекции.

* Оплатить можно и несколько лекций сразу, в пояснении укажите даты лекций.

* Вам необходимо иметь возможность использования Zoom.us и хорошее интернет-соединение.

* За партнера, который будет с вами слушать лекцию, платить не нужно.

* Лекции происходят в он-лайн режиме, у вас будет возможность получить ответы на ваши вопросы. Система позволяет зарегистрироваться на одну лекцию в день. Если желаете участвовать в нескольких лекциях в один пришлите письмо perekool@synnitusmaja.ee

Материал издан при поддержке BAYER OÜ