



В ЦЕНТРЕ СЕМЬИ ПРОВОДЯТСЯ

вход со двора родильного дома

- * йога для беременных
- * занятия с мячом для беременных
- * водная гимнастика для беременных
- * послеродовая гимнастика для грудничков, младенцев и мам
- * массаж для грудничков
- * водный массаж душем для беременных
- * уроки музыки для грудничков и младенцев
- * плавание до 6 кг в ванной для грудничков (индивидуальное занятие)
- * групповое занятие по плаванию для грудничков и младенцев в бассейне под наблюдением тренера
- * папы с детьми в бассейне под наблюдением тренера
- * 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 9.00-19.00)



Мазь **Bepanthol[®] Baby**
сильная, но бережная защита
кожи малыша!

Мазь подходит для ухода за кожей области подгузника и сухой, чувствительной, склонной к раздражению коже малыша



Провитамин B5 (декспантенол) способствует естественному процессу регенерации тканей во всех слоях кожи



Подходит для младенцев. Клинически проверен



Бережная защита. Не содержит отдушек, красителей и консервантов



ЭЛЕКТРОННЫЙ
МАГАЗИН СЕМЕЙНЫХ
ШКОЛЬНЫХ ЛЕКЦИЙ
ОТКРЫТ 24/7:
<https://shop.keskhaigla.coursy.io/ee/courses>

СЕМЕЙНАЯ ШКОЛА ПЕЛЬГУЛИННА

Сыле 23 в женской консультации

1.07 - 31.10. 2022

На русском языке

ПРЕЗЕНТАЦИЯ РОДДОМА ПЕЛЬГУЛИННА

7, 13. июль • 16, 30. август • 12, 28. сентябрь • 4, 26. октябрь в 17.30
на русском языке в зале женской консультации на 2-м этаже

БЕСПЛАТНО!



Регистрация в группу по интернету:
www.synnitusmaja.ee

РОДЫ

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

7. июль * 16. август * 12. сентябрь * 4. октябрь в 15.30

В зале женской консультации на 2-м этаже. 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

14. июль * 31. август * 29. сентябрь * 27. октябрь в 16.00

В зале женской консультации на 1-м этаже. Акушерка ДАРЬЯ КОТИСОВА

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

4. июль * 18. август * 15. сентябрь * 3. октябрь в 15.30

В зале женской консультации на 1-м этаже. Акушерка ОЛЬГА НИЙТСОО

ТЕХНИКА ДЫХАНИЯ И РАССЛАБЛЕНИЯ ВО ВРЕМЯ РОДОВ

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

14. июль * 31. август * 29. сентябрь * 27. октябрь в 14.00

В зале женской консультации на 1-м этаже. Акушерка ДАРЬЯ КОТИСОВА

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

8. июль * 5. август * 9. сентябрь * 7. октябрь в 13.00

В зале женской консультации на 1-м этаже. 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

8. июль * 5. август * 9. сентябрь * 7. октябрь в 15.00

В зале женской консультации на 1-м этаже. 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

13. июль * 30. август * 28. сентябрь * 26. октябрь в 15.30

В зале женской консультации на 2-м этаже. Акушерка ДАРЬЯ КОТИСОВА

ЦЕНА ОДНОЙ ЛЕКЦИИ 10 €

6-ти разовая льготная карточка на лекции **55 €**

Цена лекции с партнером **18€**

Оплата в регистратуре.

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

Лекции проходят в помещениях женской консультации 1-м этаже или 2-м этаже

(вход через дверь Naistenõuandla)