



В ЦЕНТРЕ СЕМЬИ ПРОВОДЯТСЯ

вход со двора родильного дома

- * йога для беременных
- * занятия с мячом для беременных
- * водная гимнастика для беременных
- * водный массаж душем для беременных
- * послеродовая гимнастика для грудничков, младенцев и мам
- * массаж для грудничков
- * 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

Косметический препарат. Дополнительная информация: Bayer OÜ.

СН-20230214-23



Онлайн магазин лекций
семейной школы открыт 24/7
shop.keskhaigla.coursy.io

Слушайте лекции дома
в удобное для вас время,
вы можете пользоваться
лекцией в течении
30 дней

СЕМЕЙНАЯ ШКОЛА ПЕЛЬГУЛИННА

Сыле 23 в женской консультации

1.07 - 31.10. 2023
На русском языке

ПРЕЗЕНТАЦИЯ РОДДОМА ПЕЛЬГУЛИННА

4. июль 15. август 12. сентябрь 4. 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 Соди-дом и что взять собой
- * Об открытии шейки матки и рождении ребёнка
- * О плаценте, околоплодных водах и вспомогательных позах при родах

4. июль * 15. 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

10. июль * 16. август * 6. сентябрь * 30. октябрь в 16.00

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

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

31. июль * 29. август * 26. сентябрь * 12. 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

10. июль * 16. август * 6. сентябрь * 30. октябрь в 14.00

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

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

7. июль * 4. август * 15. сентябрь * 6. 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

7. июль * 4. август * 15. сентябрь * 6. 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

3. июль * 17. август * 4. сентябрь * 31. октябрь в 12.00

В зале женской консультации на 2-м этаже. Акушерка ОЛЬГА ШИВРИНСКИ

ЦЕНА ОДНОЙ ЛЕКЦИИ 12 €

6-ти разовая льготная карточка на лекции 66 €

Цена лекции с партнером 20€

Оплата в регистратуре.

Лекции проходят в помещениях женской консультации 1-м этаже или 2-м этаже (вход через дверь Naistenöuandla)

Регистрация: **bronn.ee Pelgulinna Sünnitusmaja.**

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

bronn.ee позволяет вам сделать одно бронирование в день. Если вы хотите посетить две лекции, напишите на адрес **perekool@synnitusmaja.ee** и мы поможем

Онлайн магазин
лекций семейной школы
открыт 24/7

shop.keskhaigla.
coursy.io

Материал издан при поддержке BAYER OÜ