

NEGA NOVOROJENČKA IN ROKOVANJE – HANDLING



Nega novorojenčka je nekaj novega za vsako mlado mamico in vsak nasvet je dobrodošel. Vsaka mamica pa po porodu doživlja nove občutke, spremembe in morda tudi nevšečnosti.

Na srečanjih boste seznanjene o vsem, kaj potrebuje novorojenček, njegove potrebe, izražanje, nevarnosti v okolju...

Praktično bo prikazano rokovanje, previjanje, nega novorojenčka, kovanje.

Patronažna medicinska sestra - Kristina Uršič, dipl. MS

SKRB ZA USTNO ZDRAVJE NOSEČNICE, NOVOROJENČKA IN DOJENČKA

Na tem srečanju se boste pogovorile vse o ustni higieni odraslih in otroka ter razjasnile vaše dvome o tem..

Zdravstveno-vzgojni center-Ana Volarič, dipl.m.s.

Na srečanje se posebej prijavite na tel.: 031 746 711
ali na e-mail: zobnapreventiva@zd-tolmin.si

SKRB ZA VARNOST OTROK V PROMETU

V skrbi za varnost vaših otrok bomo poskrbeli tudi za predavanje o varni prvi vožnji iz porodnišnice, pravilni izbiri in montaži avto sedežev. Strokovnjaki iz tega področja vas bodo seznanili tudi o pasteh, ki vas čakajo pri nakupu le teh. Predavanje bo:

Zaradi preprečevanja širjenja okužbe s Covid19, se naša predavanja izvajajo v manjšem obsegu. Zaenkrat tega predavanja ne izvajamo.

(Agencija za varnost prometa)



TEČAJ PRIPRAVE NA POROD IN STARŠEVSTVO



Na srečanja se prijavite na e-mail naslov:

ginekologija.tolmin@zd-tolmin.si

ali na tel.: 05 620 3262

PRIKAZ VAJ MEDENIČNEGA DNA S FIZIOTERAPEVTKO

Diplomirana fizioterapevtka bo prikazala telesne vaje (sklop vaj za mišice medeničnega dna, pravilno vstajanje, sproščanje....), ki so primerne v tem obdobju.

Vse nosečnice ste vabljeni k aktivnemu sodelovanju zato vas naprošamo, da na to srečanje pridete v udobnih oblačilih in s seboj prinesete vodo.

Srečanje vodi Špela Koren, dipl. fizioterapevtka.



PREDPORODNA PRIPRAVA:

Na predavanje vabimo vse nosečnice, ki so dopolnile vsaj 30 tednov nosečnosti, saj so srečanja namenjena nosečnicam v zadnjem tromesečju. Srečanja se bodo izvajala v naprej določenih terminih in sicer v sejni sobi ZD Tolmin.

Pričetek srečanj je ob 17.00, predviden zaključek pa med 18.30 oz. 19.00. Teme srečanj so sledeče:

POROD (fiziološke spremembe, na kaj naj bo nosečnica še posebej pozorna v zadnjem tromesečju, kdaj v porodnišnico in sklop dihalnih tehnik med porodom, potek poroda, lajšanje porodne bolečine in poporodno obdobje...)

Srečanja vodi Ksenija Kragelj, dipl. MS



DOJENJE IN PREHOD NA GOSTO HRANO

Dojenje je najbolj naraven način hranjenja otroka v začetku njegovega življenja in vašemu malčku predstavlja najboljšo popotnico v življenje. Materino mleko je za otroka najboljša možna hrana, saj vsebuje vse pomembne prehranske sestavine in ga tako oskrbi s pomembnimi prehralnimi in imunskimi faktorji, obenem pa mu daje občutek varnosti in prijetnega občutka. Na srečanju boste izvedeli:

- zakaj je velikega pomena prva ura po rojstvu,
- prednosti dojenja,
- položaji, tehnike dojenja in
- uvajanje goste hrane po dopolnjenem 6. mesecu otrokove starosti...)

Srečanje vodi Manca Skubin, dipl. babica