



PLAN PORAD EDUKACYJNYCH DLA CIĘŻARNYCH ONLINE

WRZESIEŃ 2020

DATA	GODZ. ROZPOCZĘCIA	TEMAT
I TYDZIEŃ		
1.09.2020 WTOREK	16:00	Procedury administracyjne w okresie okołoporodowym - co? gdzie? i jak załatwić?
3.09.2020 CZWARTEK	16:00	Przygotowanie „kącika dla noworodka”. Codzienna pielęgnacja noworodka. Toaleta pępka noworodka. Omówienie kosmetyków do pielęgnacji noworodka.
II TYDZIEŃ		
8.09.2020 WTOREK <i>Ekspert chusto noszenia Barbara Salamon- Szympruch</i>	16:00	Technika noszenia niemowląt w chustach – zalety i przeciwwskazania.
10.09.2020 CZWARTEK	16:00	Poród – kiedy jechać do szpitala? Co ze sobą zabrać- rzeczy niezbędne do szpitala, omówienie planu porodu. Przebieg porodu – okresy porodu, możliwe komplikacje. Rola pierwszego kontaktu z dzieckiem, znaczenie kontaktu”skóra do skóry.
III TYDZIEŃ		
15.09.2020 WTOREK	16:00	Świadome przeżywanie porodu. Łagodzenie bólu porodowego (niefarmakologiczne i farmakologiczne). Nauka technik relaksacyjnych.
16.09.2020 ŚRODA <i>LEKARZ PEDIATRA Dr ELŻBIETA WYPYCH</i>	16:00	Kiedy należy zgłosić się do lekarza z noworodkiem i niemowlakiem? Pierwsze dni i tygodnie życia dziecka - badania i opieka medyczna w szpitalu i po powrocie do domu.
IV TYDZIEŃ		
21.09.2020 PONIEDZIALEK	16:00	Powikłania w położu. Stany zagrożenia-postępowanie. Opieka położnej po porodzie w domu.
22.09.2020 WTOREK	16:00	Kąpiel noworodka. Pielęgnacja skóry noworodka.
V TYDZIEŃ		
28.09.2020 PONIEDZIALEK	16:00	Styl życia w okresie ciąży – zasady odżywiania, używki, nałogi oraz ich wpływ na rozwój ciąży i dziecka, aktywność zawodowa, aktywność fizyczna, zachowania i czynności uznawane za niebezpieczne w ciąży.
29.09.2020 WTOREK <i>PRACOWNICY ZAKŁADU UBEZPIECZEŃ SPOŁECZNYCH W RYBNIKU</i>	10:00	Prawo do zasiłku macierzyńskiego oraz zasady jego przyznawania.