

“O mamica informata - un copil sanatos”

Clinica Medstar (www.medstar.ro) si Scoala Mamei Junior Timisoara (www.mamicafarafrica.ro) are deosebita placere sa anunte desfasurarea proiectului “O mamica informata - un copil sanatos”. Proiectul are ca scop informarea viitorilor parinti si a parintilor in pregatirea sarcinii si dezvoltarea armonioasa a copilului, vizandu-se topici de interes pentru acestia prin abordarea medical-psihiologica a acestui eveniment din viata. Tematicile abordate sunt urmatoarele:

❖ **Curs 1. *Prezentarea stilurilor parentale***

Cine ajuta mama in primele luni de viata ale copilului - identificarea resurselor personale, informatii privind depresia post-partum: criterii de identificare, consecinte asupra mamei si copilului, regulile in familia de origine, haptonomia - comunicarea cu bebelusul in viata intrauterina.

❖ **Curs 2. *Travaliu***

Semne pregatitoare/prevestitoare de travaliu, cand plecam la spital, semne de alarma, diferentele intre nasterea naturala si cezariana pentru bebe/recuperarea mamei, epidurala (indicatii/contrindicatii, reactii adverse, procedura).

Curs 3. Trusoul pentru nou-nascut

Ce cumparam si cum pregatim casa in asteptarea bebelusului (hainute, aparate, carucior, patut, zugraveala, umiditate, etc).

❖ **Curs 4. *Alaptarea sugarului***

Pregatirea sanului pentru alaptare, cat mananca bebelusul si cum ne dam seama ca mananca suficient, alimentatia mamei in timpul alaptarii, factori ce stimuleaza/inhiba secretia lactata, produse necesare alimentatiei sugarului, alegerea laptelui praf.

❖ **Curs 5. *Igiena sugarului***

Igiena organelor de simt (urechi, nas, gura, ochi, bont ombilical, organe genitale, piele).

❖ **Curs 6. *Dezvoltarea normala a sugarului in primul an de viata***

Controale medicale periodice si de screening, vaccinarile obligatorii si facultative.

❖ **Curs 7. *Urgentele medicale ale sugarului***

Cum reactionam si ce facem cand copilul nostru sughite, are colici, vomita sau regurgiteaza, e constipat sau are febra.

❖ **Curs 8. *Etapele travaliului***

Tehnici de combatere a durerii (pozitia gravitationala, travaliul pe minge si in apa), tipuri de respiratii.

Cursurile se vor desfasura sub forma unui workshop, unde cuplurile vor fi invitate sa participe cat mai activ si sa discute temele abordate si alte teme de interes atat cu specialistii cat si cu ceilalti parinti. In urma workshop-ului, se vor elibera adeverinte de absolvire a cursurilor de puericultura necesare concediului paternal (Legea concediului paternal, nr.210/31 decembrie 1999). Fiecare cuplu va avea la dispozitie un suport de curs pe care sa-l poata consulta post workshop.

Workshopul va fi sustinut de catre *dr. Ioana Vartosu* si *psih. Mihaela Strango*.

- **Data desfasurarii:** 9 aprilie, respectiv 16 aprilie 2011
- **Orele:** 11-14, 15-18
- **Locatia:** str. Campului nr 100, Medstar - Centrul Medical de Medicina Muncii
- **Tariful:** 200 ron /cuplu.

Intrucat numarul locurilor pentru workshop este limitat (20 cupluri), va rugam sa va anuntati dorinta de a participa facand rezervare la urmatoarele numere de telefon:

Centrul medical Medstar: 0264/421.577; 0730-333.008

Va asteptam!