

Експрес-курс підготовки до народження дитини «Привіт, малюк!»

4 заняття, 2 години кожноєчно

ISIDA Оболонь (пр-т В. Івасюка, 22 (пр-т Г. Сталінграда, 22))

	Тема заняття	Зміст	План заняття	Дата
1	Потреби новонародженої дитини	Як новонароджений сприймає світ. Імпринтинг. Причини плачу. Особливості поведінки малюка	<ol style="list-style-type: none"> 1. Знайомство 2. Очікування від курсу 3. Теоретична частина згідно теми 4. Практична частина(як тримати малюка) 5. Відповіді на запитання 6. Зворотній зв'язок 	06.06 10.00
2	Основи догляду за малюком	З пологового – додому. Вдягання, вмивання, купання. Організація побуту.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Привітання. 2. Відповіді на запитання стосовно попереднього заняття 3. Теоретична частина згідно теми 4. Практична частина (купання, зміна підгузків тощо) 5. Відповіді на запитання 6. Зворотній зв'язок 	13.06 10.00
3	Здоров'я малюка	Режим дня, сон. Відповіді на питання	<ol style="list-style-type: none"> 1. Привітання. 2. Відповіді на запитання стосовно попереднього заняття 3. Теоретична частина згідно теми 4. Практична частина 5. Відповіді на запитання 6. Зворотній зв'язок 	20.06 10.00
4	Родина після народження дитини	Нові ролі в родині – нові сімейні відносини. Розвиток дитини до року.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Привітання. 2. Відповіді на запитання стосовно попереднього заняття 3. Теоретична частина згідно теми 4. Практична частина 5. Відповіді на запитання 6. Зворотній зв'язок 	27.06 10.00

*Заняття проводить психолог
За погодженням можливі інший час та дати занять*

Експрес-курс підготовки до пологів «В очікуванні зустрічі»

4 заняття, 2 години кожне **ОЧНО**

ISIDA Оболонь (пр-т В. Івасюка, 22 (пр-т Г. Сталінграда, 22))

	Тема заняття	Зміст	план	Дата
1	Скоро пологи!	Розвиток дитини в III триместрі. Фізіологія пологів. Передвісники. Передпологовий період	7. Знайомство 8. Очікування від курсу 9. Теоретична частина згідно теми 10. Практична частина (вправи для релаксації) 11. Відповіді на запитання 12. Зворотній зв'язок	17.06 10.00
2	Перший період пологів	Відчуття в I періоді пологів – варіанти поведінки. Самодопомога. Партнерство в пологах. Практичне заняття.	7. Привітання. 8. Відповіді на запитання стосовно попереднього заняття 9. Теоретична частина згідно теми 10. Практична частина (техніки дихання, масаж...) 11. Відповіді на запитання 12. Зворотній зв'язок	17.06. 13.00
3	Другий та третій періоди пологів	Потуги. Пологи очима дитини. Як допомогти малюкові. Практичне заняття.	1. Привітання. 2. Відповіді на запитання стосовно попереднього заняття 3. Теоретична частина згідно теми 4. Практична частина (дихання під час потуг) 5. Відповіді на запитання 6. Зворотній зв'язок	24.06 10.00
4	Післяпологовий період	Ранній післяпологовий період. Перші дні з малюком. Особливості емоційного стану мами.	7. Привітання. 8. Відповіді на запитання стосовно попереднього заняття 9. Теоретична частина згідно теми 10. Практична частина (профілактика післяпологової депресії) 11. Відповіді на запитання 12. Зворотній зв'язок	24.06. 13.00

*Заняття проводить психолог
За погодженням можливі інший час та дати занять*

Експрес-курс підготовки до народження дитини «Привіт, малюк!»

4 заняття, 2 години коженеочно
ISIDA Медмістечко (б-рВ.Гавела, 65)

	Тема заняття	Зміст	План заняття	Дата
1	Потреби новонародженої дитини	Як новонароджений сприймає світ. Імпринтинг. Причини плачу. Особливості поведінки малюка	13.Знайомство 14.Очікування від курсу 15.Теоретична частина згідно теми 16.Практична частина(як тримати малюка) 17.Відповіді на запитання 18.Зворотній зв'язок	09.06 17.00
2	Основи догляду за малюком	З пологового – додому. Вдягання, вмивання, купання. Організація побуту.	13.Привітання. 14.Відповіді на запитання стосовно попереднього заняття 15.Теоретична частина згідно теми 16.Практична частина (купання, зміна підгузків тощо) 17.Відповіді на запитання 18.Зворотній зв'язок	16.06 17.00
3	Здоров'я малюка	Режим дня, сон. Відповіді на питання	7. Привітання. 8. Відповіді на запитання стосовно попереднього заняття 9. Теоретична частина згідно теми 10.Практична частина 11.Відповіді на запитання 12.Зворотній зв'язок	23.06 17.00
4	Родина після народження дитини	Нові ролі в родині – нові сімейні відносини. Розвиток дитини до року.	13.Привітання. 14.Відповіді на запитання стосовно попереднього заняття 15.Теоретична частина згідно теми 16.Практична частина 17.Відповіді на запитання 18.Зворотній зв'язок	30.06 17.00

*Заняття проводить психолог
За погодженням можливі інший час та дати занять*

Експрес-курс підготовки до народження дитини «Грудне вигодовування від А до Я»

4 заняття, 2 години коженочно
ISIDA Медмістечко (б-рВ.Гавела, 65)

	Тема заняття	Зміст	План	Дата
1	Як працює грудне вигодовування	Що дає ГВ мамі та дитині. Як регулюється кількість молока. Правильне прикладання та зручні положення для годування.	19. Знайомство 20. Очікування від курсу 21. Теоретична частина, практика (положення для годування та правильне прикладання) 22. Відповіді на запитання 23. Зворотній зв'язок	07.06 16.00
2	Перші дні після пологів	Молозивний період. Перші прикладання і перші дні з малюком. Як зрозуміти, що дитина отримує достатньо.	19. Привітання. 20. Відповіді на запитання стосовно попереднього заняття 21. Теоретична та практична частини 22. Відповіді на запитання 23. Зворотній зв'язок	08.06. 16.00
3	Грудне вигодовування: рухаємося далі	Дії, коли прибуває молоко. Ритми годування малюка. Оптимальна організація грудного вигодовування. Зціджувannya: коли і як?	7. Привітання. 8. Відповіді на запитання стосовно попереднього заняття 9. Теоретична та практична частини (зціджувannya) 10. Відповіді на запитання 11. Зворотній зв'язок	14.06. 16.00
4	Дитина росте	Спосіб життя мами, що годує: харчування, заняття спортом та ін. Як міняється грудне вигодовування з віком дитини. Прикорм: коли і як. Скільки годувати грудьми? Завершення грудного вигодовування.	19. Привітання. 20. Відповіді на запитання стосовно попереднього заняття 21. Теоретична частина згідно теми 22. Практична частина 23. Відповіді на запитання 24. Зворотній зв'язок	15.06 16.00

Заняття проводить консультантка з грудного вигодовування

За погодженням можливі інший час та дати занять

Експрес-курс підготовки до пологів «В очікуванні зустрічі»

4 заняття, 2 години кожне **оочно**

ISIDA Медмістечко (б-рВ.Гавела, 65)

	Тема заняття	Зміст	план	Дата
1	Скоро пологи!	Розвиток дитини в III триместрі. Фізіологія пологів. Передвісники. Передпологовий період	24.Знайомство 25.Очікування від курсу 26.Теоретична частина згідно теми 27.Практична частина(вправи для релаксації) 28.Відповіді на запитання 29.Зворотній зв'язок	05.06 15.00
2	Перший період пологів	Відчуття в I періоді пологів – варіанти поведінки. Самодопомога. Партнерство в пологах. Практичне заняття.	24.Привітання. 25.Відповіді на запитання стосовно попереднього заняття 26.Теоретична частина згідно теми 27.Практична частина(техніки дихання, масаж...) 28.Відповіді на запитання 29.Зворотній зв'язок	12.06. 15.00
3	Другий та третій періоди пологів	Потуги. Пологи очима дитини. Як допомогти малюкові. Практичне заняття.	12.Привітання. 13.Відповіді на запитання стосовно попереднього заняття 14.Теоретична частина згідно теми 15.Практична частина (дихання під час потуг) 16.Відповіді на запитання 17.Зворотній зв'язок	19.06 15.00
4	Післяпологовий період	Ранній післяпологовий період. Перші дні з малюком. Особливості емоційного стану мами.	25.Привітання. 26.Відповіді на запитання стосовно попереднього заняття 27.Теоретична частина згідно теми 28.Практична частина (профілактика післяпологової депресії) 29.Відповіді на запитання 30.Зворотній зв'язок	26.06. 15.00

*Заняття проводить психолог
За погодженням можливі інший час та дати занять*

Експрес-курс підготовки до народження дитини «Привіт, малюк!» 4 заняття, 2 години кожне **онлайн**

	Тема заняття	Зміст	План заняття	Дата
1	Потреби новонародженої дитини	Як новонароджений сприймає світ. Імпринтинг. Причини плачу. Особливості поведінки малюка	30. Знайомство 31. Очікування від курсу 32. Теоретична частина згідно теми 33. Практична частина (як тримати малюка) 34. Відповіді на запитання 35. Зворотній зв'язок	07.06 16.00
2	Основи догляду за малюком	З пологового – додому. Вдягання, вмивання, купання. Організація побуту.	30. Привітання. 31. Відповіді на запитання стосовно попереднього заняття 32. Теоретична частина згідно теми 33. Практична частина (купання, зміна підгузків тощо) 34. Відповіді на запитання 35. Зворотній зв'язок	12.06 16.00
3	Здоров'я малюка	Режим дня, сон. Відповіді на питання	13. Привітання. 14. Відповіді на запитання стосовно попереднього заняття 15. Теоретична частина згідно теми 16. Практична частина 17. Відповіді на запитання 18. Зворотній зв'язок	14.06 16.00
4	Родина після народження дитини	Нові ролі в родині – нові сімейні відносини. Розвиток дитини до року.	31. Привітання. 32. Відповіді на запитання стосовно попереднього заняття 33. Теоретична частина згідно теми 34. Практична частина 35. Відповіді на запитання 36. Зворотній зв'язок	19.06 16.00

*Заняття проводить психолог
За погодженням можливі інший час та дати занять*

Експрес-курс підготовки до пологів «В очікуванні зустрічі»

4 заняття, 2 години кожне **онлайн**

	Тема заняття	Зміст	план	Дата
1	Скоро пологи!	Розвиток дитини в III триместрі. Фізіологія пологів. Передвісники. Передпологовий період	36.Знайомство 37.Очікування від курсу 38.Теоретична частина згідно теми 39.Практична частина(вправи для релаксації) 40.Відповіді на запитання 41.Зворотній зв'язок	06.06 17.00
2	Перший період пологів	Відчуття в I періоді пологів – варіанти поведінки. Самодопомога. Партнерство в пологах. Практичне заняття.	36.Привітання. 37.Відповіді на запитання стосовно попереднього заняття 38.Теоретична частина згідно теми 39.Практична частина(техніки дихання, масаж...) 40.Відповіді на запитання 41.Зворотній зв'язок	13.06. 17.00
3	Другий та третій періоди пологів	Потуги. Пологи очима дитини. Як допомогти малюкові. Практичне заняття.	18.Привітання. 19.Відповіді на запитання стосовно попереднього заняття 20.Теоретична частина згідно теми 21.Практична частина (дихання під час потуг) 22.Відповіді на запитання 23.Зворотній зв'язок	20.06. 17.00
4	Післяпологовий період	Ранній післяпологовий період. Перші дні з малюком. Особливості емоційного стану мами.	37.Привітання. 38.Відповіді на запитання стосовно попереднього заняття 39.Теоретична частина згідно теми 40.Практична частина (профілактика післяпологової депресії) 41.Відповіді на запитання 42.Зворотній зв'язок	27.06. 17.00

*Заняття проводить психолог
За погодженням можливі інший час та дати занять*

12 занять (1 раз на тиждень)			
1	Початок нового життя. Вступне заняття.	Знайомство . Зміни, що відбуваються під час вагітності. Психологічні особливості першої половини вагітності. Традиції, міфи та забобони.	09.06 10.00 очно+онлайн
2	Життя від зачаття до народження.	Особливості внутрішньоутробного розвитку (I,II,III триместр). Фактори, що впливають на формування дитини. Як спілкуватися з малюком.	16.06 10.00 очно+онлайн
3	«Я і світ навколо мене»	Сімейні ролі та сценарії. Нові соціальні ролі, зумовлені зміною статусу вагітної. Зміни в родині та соціумі. Мотивація народження дитини.	23.06 10.00 очно+онлайн
4	Емоційні та фізичні зміни, що відбуваються під час вагітності	Взаємини зі своїм тілом. Досвід перших порухів малюка. Створення позитивного образу тіла. Як запобігти страхам і тривожності. Сни. Корекція стану.	30.06 10.00 очно+онлайн
5	Початок пологів	Передвісники. Стратегія та тактика поведінки жінки. Фізіологія пологів. Періоди. ІХ тривалість	
6	Перший період пологів	Поведінка жінки. Що відбувається з малюком. Самопомога та підтримка. Практичне заняття(пози, дихання, візуалізація тощо).	
7	Другий і третій періоди пологів	Відчуття під час другого періоду. Позитивні техніки дихання у другому періоді пологів	
8	Післяпологовий період запитання -відповіді	Ранній і пізній післяпологовий періоди. Післяпологова депресія. Запитання: види анестезії, кесарів розтин...	
9	Новонароджений. Перші дні й тижні	Психологічні та фізіологічні особливості новонародженого. Як малюк сприймає навколишній світ. Як крихітка на нього реагує (причини плачу). Потреби новонародженого.	
10	Догляд за новонародженим. Відповіді на запитання	Новонароджена дитина в пологовому будинку: від народження до виписки. Організація побуту вдома. Гігієнічні процедури: купання, одягання, прогулянки.	
11	Грудне вигодовування	Успішне грудне вигодовування з перших днів. Можливі проблеми та їх вирішення.	
12	Дитина від народження до року: виховання та розвиток	Як розвивається дитина на першому році життя, її потреби. Сім'я після народження дитини.	

Запрошуємо на тематичні семінари в червні 2023

Філіал клініки ISIDA Медмістечко (б-р В.Гавела, 65) ОЧНО			
«Партнерські пологи»	Для пар, які ще не визначились, чи потрібні їм партнерські пологи, а також для тих, хто вже прийняв позитивне рішення і хоче дізнатися про роль партнера в пологах і підготуватися..	28 червня травня середа 16.00	Ткаченко Світлана, психолог
Філіал клініки ISIDA Оболонь (пр-т В.Івасюка, 22 (пр-т Г.Сталінграда, 22)) ОЧНО			
«Няня для малюка»	Як вибрати няню для дитини і налагодити взаємодію з нею. Вимоги до няні для дитини першого року життя. Як організувати роботу няні в родині.	14 червня середа 10.00	Ткаченко Светлана, психолог
"БІЛЬ ТА ПОЛОГИ"	Фізіологічний сенс і біологічна мета будь-якого болю. Зв'язок болю з пологами. Фізіологія пологів. Страх-напруження-біль. Методи природного знеболення. Практична частина	22 червня четвер 10.00	Романченко Наталія, психолог
Ти станеш старшим	Як підготувати дитину до поповнення в сім'ї. як допомогти їй впоратися зі змінами, освоїтися з роллю старшої, уникнути ревнощів і агресії до малюка, прийняти та полюбити його.	29 червня четвер 10.00	Романченко Наталія, психолог

Запис та делалі (+38) 067 2468118



Розклад на червень

№	Тема заняття	Час	Спікер	Дата
1 Модуль Вагітність				
1.	III триместр вагітності: готуємося до народження малюка.	11.00	Акушер-гінеколог Дубик Г.О.	03.06
2.	Емоції під час вагітності. Психологічне налаштування на пологи та материнство.	12.00	Психолог Степанова Т. В.	
3.	Грудне вигодовування. Що потрібно для успішного початку.	14.00	Консультантка з ГВ Чередніченко А.О.	
2 Модуль Пологи				
4.	Комфортні пологи: провісники та періоди пологів.	11.00	Акушер-гінеколог Карашевський Б.В.	10.06
5.	Партнерські пологи: за чи проти? Роль партнера, способи допомоги.	12.00	Психолог Степанова Т.В.	
6.	Пологи без болю: методи медикаментозного знеболювання.	14.00	Анестезіолог Стаценко О.Б.	
3 модуль Післяпологовий період				
7.	Родина після народження малюка: фізичне та психологічне відновлення мами, нові ролі батьків.	11.00	Психолог Ткаченко С.В.	17.06
8.	Грудне вигодовування після пологів.	12.00	Консультантка з ГВ Чередніченко А.О.	
9.	Перший місяць з малюком: лайфхаки від педіатра.	14.00	Педіатр Ющик О.О.	
4 модуль Перший рік				
10.	Немовля: розвиток від народження до року.	11.00	Психолог Ткаченко С. В.	24.06
11.	Годуємо далі: профілактика проблем, самопомога, організація сну.	12.00	Консультантка з ГВ Чередніченко А.О.	
12.	Дитина першого року життя: перша допомога, прикорм, педіатричне спостереження.	14.00	Педіатр Яручик І.В.	

Дізнатись більше інформації та записатись на школу майбутніх батьків ISIDA school ви можете за телефоном: 067803 4040 або на нашій сторінці в **Instagram** @isidclinic