

Chcete si v tehotenstve udržať dobrú psychickú a fyzickú kondíciu? Radi by ste sa dozvedeli viac o tom, čo vás čaká počas pôrodu a po ňom, ako sa pripraviť na rodičovstvo?

Kurz, ktorý Vám dá istotu, pokoj a pripraví Vás aj Vášho partnera na zvládnutie rodičovskej role. Pozostáva zo 6 stretnutí 1x za týždeň v čase od 16tej do 18tej hod.

PREDPÔRODNÁ PRÍPRAVA

stará pôrodnica FNsP Prešov

Prednášková časť:

obdobie posledných týždňov tehotenstva, pôrodu, šestonedelia, dojčenia a starostlivosti o bábätko.



Cvičenie:

dychové a relaxačné techniky a jednoduché tehotenské cvičenia, ktoré vás pripravia na pôrod a popôrodné obdobie

Možnosti prihlasovania:

Email: porodpresov@fnsppresov.sk

FB: Predpôrodná príprava stará pôrodnica FnsP Prešov

tel.číslo: 051/ 701 1412

QR kód:



Teší sa na vás certifikovaná pôrodná asistentka Bc. Kristína Kušnírová s tímom GPO I.

Tento kurz je určený ženám od 28. týždňa tehotenstva, vítaní sú aj budúci oteckovia.