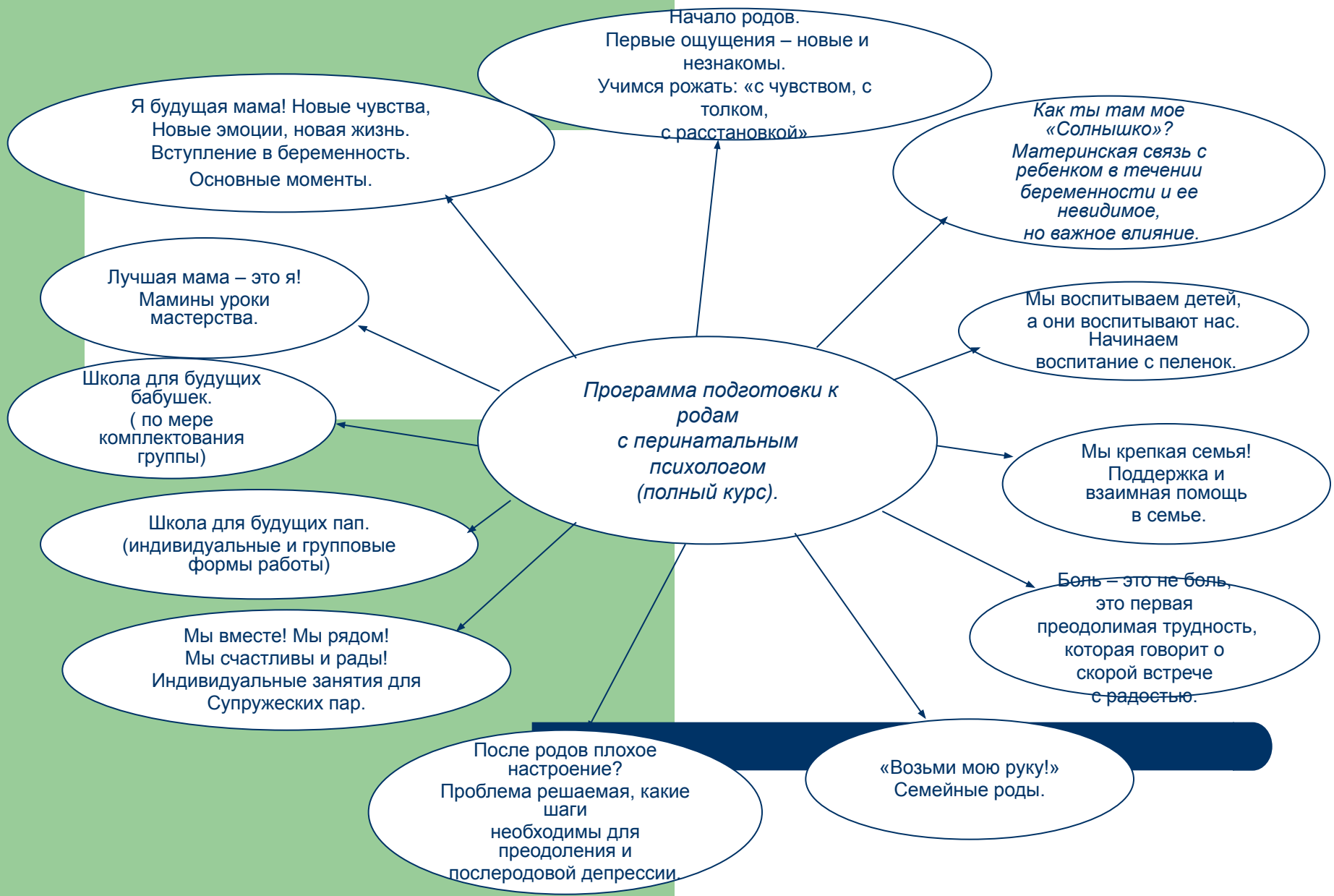


Авторская программа Бояринцевой Т.А. - психолог.
Окончила Санкт-Петербургский государственный университет,
психологический спец.факультет, специализация «Практический
психолог». С 1999 г. специалист по перинатальной психологии.
Тюменскую Государственную Академию Культуры Искусств
факультет «Культурно-просветительная работа».
Член Санкт-Петербургского психологического общества
Вице-президент Некоммерческого партнерства
«Ассоциация частной медицины Тюмени»
Мать двоих детей.

Школа будущих мам и пап «Мирослава».





«Что такое хорошо и что такое плохо»

1 занятие

- Пренатальные факторы риска.

- Питание будущей матери

2 занятие

- «Сторонники и противники приема витаминов»
- «Беременность и солнце»
 - Ароматерапия
- «Беременная мода»

«Все лучшее в детях от лучей солнца и молока матери»

1 занятие

- Как начать грудное кормление. Питание матери в период кормления грудью. Физиология лактации. Уход за грудью в послеродовый период.

- Практика грудного вскармливания. Как правильно организовать грудное кормление. Основные проблемы и способы их решения.

- Важность грудного кормления для успешного развития психики ребенка.
- Грудное кормление как форма эмоционального общения между мамой и малышом.

2 занятие

- Почему пропадает молоко? Как сохранить или восстановить лактацию. До какого возраста кормить ребенка грудью.
- Нужны ли бутылочки, соски, молокоотсосы. Совместный сон, ночные кормления.
- Можно ли приучить ребёнка к рукам. Введение докорма. О пользе инволютивного молока. Если режутся зубки.
- О возрастных особенностях грудного вскармливания и взаимоотношений в тандеме мама-ребёнок. Формирование этого тандема, где ребёнок учится следовать за мамой.

Готовимся к встрече малыша дома

1 занятие

- Детская мебель и все что нужно для детской комнаты
- Детская коляска, какая она должна быть
 - Автокресло
 - Детская ванночка
- Не обязательно, но весьма полезно
 - Как выбрать подгузник
- Косметика для самых маленьких

**Встреча с детским врачом «с глазу на глаз»
(полный курс)**

«Ну и вот я стала мамой! Самой лучшей! Самой! Самой!»

1 занятие

- «Привет! Я родился! Новорожденный привыкает жить вне мамы!»
- Первые трудности, основные тревожные признаки
- Переходные (транзиторные состояния)
 - «Еще раз о главном». Вакцинация новорожденного. Не много ли прививок?
 - Свобода пеленания.
 - Рекомендации при выписке.

2 занятие

- «Мамы - это важно!»
- Правила ухода за новорожденным

«Все о мифах»

1 занятие

- Миф об антибиотиках
- Миф об иммунитете
- Миф о диагностике
- Миф о лекарствах
- Миф о медицине

«Его величество движение!»

1 занятие

- Особенности физического и нервно-психического развития ребенка до 1 года
- Массаж и лечебная физкультура

2 занятие

- На мяч с рождения!
- На мяч с рождения!
- Закаливание малыша с рождения





Школа будущих мам и пап (значение и результат).

Здорова мама – здоров ребенок!

Зачем нужна подготовка К беременности?

«Желанная беременность»
Встреча с врачом акушером-гинекологом, который ведет беременность.

«Тайна двух недель»

Обследование (Что необходимо? Зачем? Для чего? Когда?)

Лекарственные препараты, витамины.



