

МЫ ЖДЕМ РЕБЕНКА

Бесплатная онлайн-программа подготовки к родам

Поздравляем, в вашей жизни наступил невероятный этап!
Вы с гордостью можете сказать: «Мы ждем ребенка»!
И в вашей голове – так много вопросов...

- Что мы можем сделать уже сейчас, чтобы малыш родился здоровым?
- Что можно, а что нельзя делать беременной?
- Каких врачей нужно посетить и зачем?
- Как следить за состоянием малыша?
- Как подготовиться к родам?
Как поэтапно проходят роды и что такое схватки и потуги?
- А что будет происходить после родов и как ухаживать за новорожденным?
- Как наладить грудное вскармливание?



Знакомые волнения? Ждем вас в бесплатной Программе подготовки к родам «Мы ждем ребенка»!

Изучайте видеокурсы от врачей на тему беременности, родов, здоровья ребенка и получайте сертификат о прохождении школы.



#МЫЖДЕМРЕБЕНКА

ПРОГРАММА ПОДГОТОВКИ К РОДАМ



МЗ
МАРПРО



UNFPA

КАК ПРОЙТИ ОБУЧЕНИЕ В ОНЛАЙН-ШКОЛЕ?



Зайдите на сайт mamapro.by (раздел «ОНЛАЙН-ОБУЧЕНИЕ») или отсканируйте QR-код. Зарегистрируйтесь и начинайте просмотр обучающих видеороликов.

Вы можете смотреть видеоуроки в удобное для вас время и в любом месте!

1 БЛОК. ЖЕНСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ: ЧТО, ГДЕ, КОГДА

как часто посещать ЖК, чек-лист плановых посещений и анализов, «тревожные звоночки» в самочувствии будущей мамы

2 БЛОК. БЕРЕМЕННОСТЬ

как меняется организм женщины, «можно» и «нельзя» во время беременности, питание и образ жизни будущей мамы

3 БЛОК. РОДЫ

как проходят периоды родов, как грамотно прожить схватки и потуги, как проходят первые минуты жизни малыша, чек-лист по выписке из роддома

4 БЛОК. ГРУДНОЕ ВСКАРМЛИВАНИЕ

как наладить ГВ в роддоме, чек-лист по успешному и эффективному вскармливанию, удобные позы для кормления, типичные ошибки и проблемы ГВ

5 БЛОК. УХОД ЗА РЕБЕНКОМ

как ухаживать за малышом в роддоме и дома, как купать ребенка и делать массаж, чек-лист по развитию малыша в первый год жизни

6 БЛОК. ВОВЛЕЧЕННОСТЬ ПАПЫ В РОДИТЕЛЬСТВО

роль будущего отца в период беременности и в родах, как проходят партнерские роды

7 БЛОК. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА

эмоции и переживания во время беременности, как сделать опыт родов позитивным, чек-лист от психологов о расстройствах и послеродовой депрессии

Бонус в каждом блоке – полезный чек-лист. Скачивайте его на телефон, и он всегда будет под рукой!

Изучайте видео, проходите краткое тестирование и получайте доступ к изучению следующего блока. В конце обучения вы сможете закрепить знания и пройти финальное тестирование. Наберите 70 баллов и выше и получите онлайн-сертификат о прохождении школы.

До встречи в Программе подготовки к родам на mamapro.by!