

Centrum Usług Edukacyjno-Położniczych
Katarzyny Grzybowskiej 

dom narodzin

Szanowni Państwo!

***Zapraszam na zajęcia Szkoły Rodzenia Katarzyny Grzybowskiej "Dom Narodzin", która jest akredytowana i rekomendowana przez Centrum Medyczne Żelazna.
Przed rozpoczęciem zajęć proszę zapoznać się z kilkoma informacjami:***

- Zajęcia odbywać się będą w Siedzibie Fundacji Rodzić po Ludzku ul. Nowolipie 13/15.
- Na zajęcia zapraszamy 15 minut wcześniej i serdecznie proszę o punktualność.
- Na terenie Nowolipia obowiązuje Strefa Płatnego Parkowania .
Polecamy dogodny dojazd metrem do placu Bankowego .
- Zajęcia Szkoły Rodzenia prowadzą:

Katarzyna Grzybowska - założycielka szkoły i pierwszego w Polsce Domu Narodzin, położna z wieloletnim stażem, pracująca w Centrum Medycznym Żelazna w Przyszpitalnym Domu Narodzin i Bloku Porodowym , specjalizująca się w porodach domowych, instruktorka szkoły rodzenia, szkoleniowiec (temat 1)

Mariusz Grzybowski - masażysta i trener personalny (temat 2)

Alina Jarzębska - położna z wieloletnim stażem, między innymi zagranicznym, pracująca w Bloku Porodowym w Centrum Medycznym Żelazna w Warszawie, prowadzi indywidualne przygotowanie do porodu (tematy 3 i 4)

Płatność za kurs Szkoły Rodzenia - 500 PLN - płatne gotówką na miejscu.

- Zajęcia mają charakter warsztatowy.
- W trakcie zajęć siedzimy na workach sako, dlatego proponuję wygodny ubiór i ciepłe skarpetki lub obuwie na zmianę .
- Do Państwa dyspozycji przestronna sala szkoleniowa, dwie toalety, zaplecze socjalne, gdzie można zrobić sobie herbatę i kawę, zapewniamy owoce i zdrowe kanapki .

- Zajęcia trwają przez 2 dni (sobota - niedziela), po 4 godziny dziennie, z przerwą na posiłek.
- Podział tematów :
SOBOTA - g. 10.30 - 12.30 - Katarzyna Grzybowska - temat 1
..... g. 13.00 - 15.00 - Mariusz Grzybowski - temat 2
NIEDZIELA - g.10.30 - 12.30 i po przerwie g.13.00 - 15.00 - Alina Jarzębska - tematy 3 i 4

Program szkoły rodzenia

1. Poród

Podczas wykładu skupimy się na:

- sygnałach rozpoczynającego się porodu;
- przebiegu porodu fizjologicznego, a w szczególności omówieniu czterech okresów porodu;
- fizjologii, sekrecji hormonów, emocjach, typowych zachowaniach podczas porodu na podstawie przykładów z porodów szpitalnych i domowych.

Dodatkowo porozmawiamy o :

- znaczeniu pierwszych chwil po urodzeniu dziecka;
- nawiązywaniu więzi emocjonalnej; kontakcie skóra do skóry.

2. Rola osoby towarzyszącej w porodzie - Niefarmakologiczne metody łagodzenia bólu + TENS - Elementy masażu i masaż antykolkowy niemowlęcia

Podczas pierwszej części omówimy:

- rolę ojca podczas porodu;
- pomoc osoby bliskiej w porodzie
- jak wygląda poród oczami mężczyzny , na co zwrócić uwagę , czego się nie bać, jak ważna jest moc dotyku ?
- niefarmakologiczne metody łagodzenia bólu + TENS

Dodatkowo podczas praktycznej części drugiej:

- Jak pomóc ? Jak dotknąć? Jak zrelaksować kobietę w trakcie porodu?

- Nauka masażu dla kobiet w ciąży w warunkach domowych - Jak partner może pomóc w dolegliwościach występujących w okresie ciąży , obrzęki nóg , bóle kręgosłupa, bóle krzyża, stres , relaks ?
- Nauka masażu antykolkowego niemowlęcia.
- TENS

3. Pielęgnacja noworodka

Pierwsza część warsztatową poświęcimy:

- ćwiczenie sposobów noszenia dzieci;
- przewijania, ubierania;
- kąpieli noworodka.

Dodatkowo usystematyzujemy wiedzę:

- o stanach przejściowych w rozwoju małego dziecka.
- znaczeniu odruchów neurologicznych;
- znaczeniu dotyku dla pogłębienia kontaktu z dzieckiem.
- Kalendarz szczepień

4. Laktacja

Pierwsza część dotyczyć będzie połogu:

- fizjologii kobiecego ciała,
- stanów emocjonalnych (baby blues, depresja poporodowa)

Dodatkowo dokładnie omówimy karmienie piersią:

- przebieg procesu karmienia naturalnego,
- prawidłowości mechanizmu laktacji i karmienia dzieci ze szczególnym uwzględnieniem rozwiązywania sytuacji trudnych.
- ćwiczenie różnych sposobów przystawiania noworodka do piersi.
- Dokarmianie pokarmem zastępczym, zakończenie karmienia.

Zapraszam serdecznie, dobry humor obowiązkowy!

Katarzyna Grzybowska