



o.s. Rodinné centrum

KULIHRÁŠEK

Vás srdečně zve na akci

DULA U PORODU

aneb

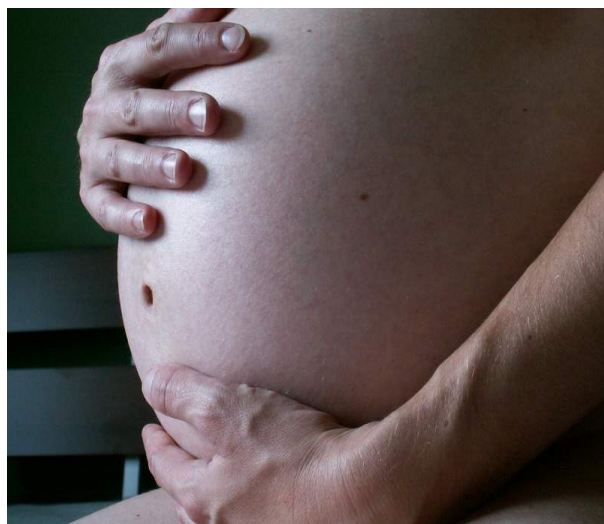
**kurz přípravy na těhotenství a porod s certifikovanou
lektorkou a doulou Nad'ou Baliharovou**

Jste citlivá žena? Toužíte po klidu a sebedůvěře při těhotenství a porodu? Chcete mít šťastné dítě? Chcete vnímat porod dítěte jako příjemný zážitek? Zbavte se nejistoty a strachu z neznámého získáním potřebných informací od zkušeného člověka. (Nad'a pomáhá těhotným při porodech již 6 let.)

2-3 tříhodinová setkání v průběhu října – listopadu 2008 v prostorách Rodinného centra Kulihrášek na Dašické ulici č.169, Pardubice.

Dozvíte se:

- o průběhu těhotenství
- o průběhu porodu
- jak a proč psát porodní plán
- jak vybrat porodnici
- kdy do porodnice, co a jak tam
- o dýchání, úlevových polohách, masáží
- o doprovodu a emocionální podpoře rodičky
- jak se cítí a co potřebuje miminko po narození
- jak o miminko pečovat
- o kojení a stravě matky
- co chcete vědět aneb ptejte se



Cena:

1000 Kč (kurs proplácí zdravotní pojišťovny)

Kontakt:

závazné přihlášky do konce září a bližší informace: Táňa Pipková, tel: 723 642 928, pipkovi@email.cz