**VIP-группа**- это разновидность основного курса подготовки к родам "В ожидании чуда". Однако здесь есть отличия: здесь меньше встреч, но продолжительность каждого занятия больше обычного, поэтому подготовка к родам остаётся на высоком уровне. Время каждого занятия расчитано таким образом, чтобы без переутомления освоить все полезные знания и навыки. **И главное**: количество человек в группе не более 4 - 5 будущих мам,  здесь по максимуму обеспечивается индивидуальный подход и самые комфортные условия с вкусными чай-паузами и свежей выпечкой.



 **ВНИМАНИЕ!!! Бонус\*!**У всех будущих мам, прошедших данный курс, есть уникальная возможность пригласить к себе после родов сертифицированного консультанта по грудному вскармливанию, детского врача-неонатолога для грамотной организации раннего послеродового периода (**\***все подробности о выезде нашего специалиста на дом в послеродовом периоде уточняйте по контактным телефонам).

 **Что даёт такой формат проведения занятий?**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Kursy-Pervenec-2 |    | -минимальные временные затраты при высоком уровне подготовки;- быстрый и хороший результат;- качественное информационное сопровождение будущих мам и пап (знание - сила);- преодоление волнений, тревог, страхов и паники;- компетентные ответы на все волнующие вопросы; |

- обретение уверенности и спокойствия;

- освоение тактики правильного поведения в родах;

- возможность хорошей подготовки вместе с будущим папой, независимо от того, намечаются ли у Вас партнёрские роды или роды соло!

**Продолжительность курса:**

3 занятия по 3,5 - 4 часа (с небольшим перерывом). Такая продолжительность занятия позволит без переутомления получить необходимые и достаточные знания и навыки в подготовке к рождению малыша. Без лишней информации, без лишних упражнений (*почистить нос турундой пластмассовой кукле - нереально, а вот попробовать скрутить эту турунду вполне осуществимо!*), без просмотра видеосюжетов, всё только самое полезное и необходимое в формате живого общения! Встречи проходят по субботам с 11.00 по адресу: ул. Притыцкого, 2.

**Программа курса:**

**Занятие № 1.** Что такое роды, и как мы их понимаем? Определение степени готовности к родам. Родовая боль, как самое большое опасение. Основные причины болезненных родов и как их избежать. Профилактика распространённых ошибок, допускаемых в родах. Предвестники родов. Физиология начала родовой деятельности. Техники правильного поведения . Интересные задания и упражнения, которые способствуют лучшему пониманию родовым процессам.

**Занятие №2.**Гормональная теория возникновения родовой деятельности. Приёмы немедикаментозного самообезболивания: дыхание, массаж, положение тела и пр. Приезд в родильный дом: основные процедуры в приёмном покое. Взаимодействие с медперсоналом в родах. Второй и третий периоды родов. Отработка полезных навыков для каждого этапа.  Подведение итогов по блоку роды.

**Занятие № 3.** Грудное вскармливание - основные принципы правильного старта, режимы кормления и техника прикладывания, сцеживание, молочные кризы и способы повышения лактации. Уход за новорожденным: особенности кожи младенца, полноценный уход и туалет новорожденного, организация дня.

**Кто ведет занятия?**Занятия проводят врач акушер-гинеколог и перинатальный психолог. Такой комплексный подход позволяет всесторонне подготовить каждую будущую маму и каждого будущего папу к такому важному событию.

**Задать любые вопросы и записаться в группу Вы можете по телефонам:**

+ 375 44 460 43 33 (velcom)

+ 375 29 707 53 86 (мтс)

+ 375 25 707 84 51 (life)