

NODARBĪBU CIKLS “MĒS BŪSIM VECĀKI”

1. nodarbība “Dzemdības, elpošana, pozas un atbalsts”

Nodarbību vada praktizējoša vecmāte, Rīgas Stradiņa universitātes profesionālā bakalaura studiju programmas "Vecmāte" direktore Ilze Ansule. Ar plašu pieredzi gan dzemdību aprūpē, ģimenes izglītošanā, gan tādos starptautiskos projektos kā *Nordjordemodern "How to protect a normal birth"*.

2. nodarbība “Dzemdību process un vieta. Mazuļa aprūpe”

Nodarbības pirmo daļu par dzemdību norisi un Ogres rajona slimnīcas piedāvājumu Dzemdību nodaļā vada Ogres rajona slimnīcas vecmāte Santa Popenkova, savukārt nodarbības otro daļu - Ogres rajona slimnīcas fizioterapeite Inga Velde.

3. nodarbība “Bērna zīdīšanas teorija un prakse”

Nodarbību vada Sandra Lase, starptautiski sertificēta zīdīšanas konsultante, *IBCLC* (“*International Board Certified Lactation Consultant*”), Latvijas zīdīšanas veicināšanas konsultantu asociācijas vadītāja.

Nodarbības notiek klātienē Brīvības ielā 44, Ogrē, Oveselība zālē. Iepriekš pieteikšanās obligāta, aizpildot pieteikuma formu Oveselība mājas lapā <https://oveselibaogre.lv/>

Tuvāko ciklu “Mēs būsime vecāki” datumi 2023. gadā:

- 17., 19., 24. aprīlis;
- 15., 17., 22. maijs;
- 26., 28. jūnijs, 3. jūlijs.

Nodarbības organizē Ogres novada Veselības veicināšanas nodaļa Oveselība sadarbībā ar Ogres rajona slimnīcu un ESF projektu “Pasākumi veselības veicināšanai un slimību profilaksei Ogres novada iedzīvotājiem” (Nr.9.2.4.2/16/I/031).