

Моето дете

САМО

1,⁹⁹ лв.

бр.12, декември 2017

ISSN 1312-8736



ГОЛЯМОТО
ОЧАКВАНЕ
ПО МЕСЕЦИ

ЗА И ПРОТИВ
СЕКЦИОТО

СПЕШНИ
СИТУАЦИИ
ПО ВРЕМЕ НА
БРЕМЕННОСТ

АКО У ДОМА
ИМА БОЛЕН

РЕЗУС-
КОНФЛИКТНА
БРЕМЕННОСТ.
ЩО Е ТО?

ТЕМА НА БРОЯ

БРЕМЕННОСТ И РАЖДАНЕ

Ох,
червено
гърло...

КАК ДА ОБЛЕКЧИШ РОДИЛНИТЕ БОЛКИ?

- * Класически методи
- * Алтернативни методи * Акупунктура

Автоимунни заболявания при децата

Декември 2017

ТОЗИ МЕСЕЦ НА КОРИЦАТА:



20
КАК ДА
ПЛАНИРАШ
ПРАЗНИЦИТЕ ПРЕЗ
БРЕМЕННОСТТА

ПЛЮС:
Голямото
очакване –
бременността
по месеци
стр. 17

ПОЛЕЗНО ЗА МАМА

ЗА БРЕМЕННАТА

- 14 Чудните промени в тялото ти
- 17 Голямото очакване – бременността по месеци
- 20 Как да планираш празниците през бременността
- 26 Бременност и хомеопатия
- 29 3 ситуации, изискващи спешна медицинска помощ
- 31 Резус-конфликтна бременност
- 35 Прокървих! Какво да правя?
- 38 Как да се храниш, ако си настинала?
- 42 Колко дълго продължава раждането?
- 46 За и против секциото
- 48 Как да облекчиш родилните болки

ЗА ДЕТЕТО

- 52 Ако мама я няма, а бебето е гладно...
- 56 Ох, червено гърло!
- 60 Автоимунните заболявания при децата
- 63 Риба в чинията
- 65 Микрофлората при децата

38
КАК ДА СЕ
ХРАНИШ,
АКО СИ
НАСТИНАЛА?

35
ПРОКЪРВИХ!
КАКВО ДА
ПРАВЯ?

3 ПОЛЕЗНИ ИДЕИ ОТ БРОЯ:



какви промени се случват с тялото ти през бременността,
стр. 14



как да си прекараш страхотно празниците – без умора и стрес,
стр. 20



как да облекчиш родилните болки,
стр. 48

76

ЩЕ СИ ОСТАНА
ЛИ СЪЩАТА
ТАМ ДОЛУ СЛЕД
РАЖДАНЕТО?



73

НЕ ПРЕВРЪЩАЙ
ПРАЗНИКА В АД

- 66 Мога: Коледно настроение
- 69 Специални страници: Магията на Колега
- 73 Не превръщай празника в Ад

СПЕЦИАЛНО ЗА МАМА

- 76 Ще си остана ли същата там долу след раждането?
- 78 Козметика: Студено предимство
- 80 Как проблемите на родителите влияят на детето

ЗА ЦЯЛОТО СЕМЕЙСТВО

- 84 Как да бъдеш най-добрият татко
- 86 Ако у дома има болен
- 88 Когато мъжът и жената станат мама и тати
- 91 Рецепти

С „МОЕТО ДЕТЕ“ НА УЧИЛИЩЕ

- 95 Кои са лекторите в нашето училище
- 96 Програма
- 98 Конкурс: Виж колко съм сладък



КАКВО МОЖЕШ ДА СПЕЧЕЛИШ ТОЗИ МЕСЕЦ



- * Комплект книги от поредицата „Здравей, мое бебе“ на сп. „Моето дете“ ще спечели писмото на месеца, на стр. 10.
- * Най-добрият съвет ще получи Комплект книги от поредицата „Здравей, мое бебе“ на сп. „Моето дете“ на стр. 68.
- * Всяка публикувана снимка в конкурса „Виж колко съм сладък!“ ще получи мемори карти, на стр. 98.

УЧИЛИЩЕ ЗА РОДИТЕЛИ

Моѐто детѐ



още един
адрес в
София

Каним те
на едно от
най-романтичните
места в София,
за да минем заедно
по стъпките на
очакването и
посрещането на
най-красивото чудо
в живота ти –
раждането на
твоѐто детѐ!

ул. Мигжур 12,
кв. Лозенец,
Къщата на София

Лекциите
са БЕЗПЛАТНИ!

29.11.2017, 10 часа

ЗАХРАНВАНЕ
НА БЕБЕТО

Лектор: Деси Пеева, лидер-консултант
по кърмене, Ла Лече Лига, България

12.12.2017, 10 часа

КОНСУЛТАЦИИ НА
БЕБЕТО – ПРЕГЛЕДИ,
ИМУНИЗАЦИОНЕН
КАЛЕНДАР. АЛЕРГИИ

Лектор: Д-р Таня Ангреева, педиатър

Бременност и раждане

*„Дали Вашата
Бременност е била
щателно планирана,
или се е случила
изненадващо, едно
нещо е сигурно
- Животът ви
никога няма да бъде
същият.“*

Катрин Вита Джоунс

ГОЛЯМОТО ОЧАКВАНЕ

КАКВО СЕ СЛУЧВА
С ТЯЛОТО ТИ?

на стр. 14

БРЕМЕННОСТ
ПО МЕСЕЦИ
на стр. 17

БРЕМЕННА
ПО ВРЕМЕ НА
ПРАЗНИЦИТЕ
на стр. 20

И още:

- ★ РЕЗУС-КОНФЛИКТНА БРЕМЕННОСТ
- ★ КОЛКО ДЪЛГО ПРОДЪЛЖАВА РАЖДАНЕТО?
- ★ КАКВО ДА ПРАВИШ, АКО ПРОКЪРВИШ?
- ★ ЗА И ПРОТИВ СЕКЦИОТО
- ★ КАК ДА СЕ ХРАНИШ, АКО СИ НАСТИНАЛА?
- ★ КАК ДА ОБЛЕКЧИШ РОДИЛНИТЕ БОЛКИ?

Голямото очакване

Ето как расте бебето ти – галеч от очите, но близо до сърцето :).

ВТОРИ

ЛУНАРЕН МЕСЕЦ (5-8 седмица)

Около 4-та седмица е времето, в което тестовите за бременност отчитат позитивен резултат. Всички органи и системи на мъничко вече се оформят и започват да функционират. Засичат се мозъчни вълни, стомахът произвежда сокове, бъбреците работят. 40 мускула започват да се съкращават в съгласие с нервната система. И най-важното – в края на 7-ма седмица започва вкостяването на скелета (което ще завърши чак в зряла възраст). В края на 8-мата седмица зародишът е дълъг 3 см, тежи 11 грама (по-малко от едно писмо), но въпреки това в малкото телце всички органи са очертани. За 2 месеца бебето ти е получило всичко, което ще определи човешката му същност.

ПЪРВИ

ЛУНАРЕН МЕСЕЦ (1-4 седмица)

Това е времето, в което все още не знаеш, че ще ставаш мама, но организъмът ти работи на пълни обороти. Някъде в матката има място, което ще посрещне новооформения зародиш и ще стане негово „легло“ за следващите около 40 седмици. Всъщност т. нар. зародиш все още няма нищо общо с човечето, в което ще се превърне. От окръглената структура, в която се извършва деление на милиони клетки ще се оформят всички органи и системи на бъдещото бебе. От горния пласт – ектодерма – ще се образуват кожата, космите, ноктите, нервната система, мозъкът, гръбначният мозък, нервите.

Средният пласт – мезодерма – ще състави мускулите, скелета, отделителния и детородния апарат, сърцето и кръвоносните съдове, както и различните органи, които произвеждат кръвта.

Последният слой – ендодерма – ще осигури лигавиците (вътрешното покритие на повечето органи), белите дробове, храносмилателната система и жлезите към нея.

От 20-ти ден се появява сърдечната тръба – наченка на бъдещото сърце. Тя е образувана от сливане на два кръвоносни съда и макар още да няма формата на сърце, вече е оживяла от ритмични свивания – тя тупти!

В края на първия месец зародишът е дълъг 5 мм. Той е още твърде далеч от човешкия образ, по-скоро прилича на удължена запетайка. Но в това тяло без лице и без крайници сърцето вече бие.



Как да планираш празниците ПРЕЗ БРЕМЕННОСТТА

Поздравления – очакваш дете! Предстои ти най-големият празник в твоя живот, но дотогава... има и други празници :)

ПОГРИЖИ СЕ ЗА СВОЕТО САМОЧУВСТВИЕ

1. Помисли за план, който може да претърпи леки промени

През бременността твоята основна задача е да се грижиш за себе си и бебето в теб. Възможно е да искаш да отбележиш подобаващо всички празници, макар че не винаги се чувстваш

Предстоят най-уютните и най-светли празници – коледните, после новогодишните... Вседни, изпълнени с нови мечти надежди. Като добавим и това, че очакваш най-ценния подарък в този живот – появата на мъничето, вероятно

въодушевлението е още по-голямо и за теб, и за твоите близки. В твоето положение обаче може да се окаже по-сложно да се справиш с планирането и доброто прекарване на празниците. Преди всичко помисли за своето здраве, а след това за всичко останало – гости, срещи и т.н.

Хомеопатията
ще ти помогне по
напълно безопасен
начин да пребориш
често срещани
неразположения през
9-те месеца.

БРЕМЕННОСТ И ХОМЕОПАТИЯ



Д-р Даниела Карабелова е убедена, че холистичният (цялостен) подход на лечение е най-доброто. Тя завършва медицина в Медицинския университет в София през 2000 г., през 2003 г. завършва курс по цветотерапия, а през 2007 г. – двугодишно обучение по „Клинична хомеопатия“ към ЦОРХ-България. С нейните съвети ще си осигуриш повече здраве и спокойствие през бременността.



В кои случаи непременно трябва да потърсиш лекар? Своевременно оказаната медицинска помощ е способна да реши много проблеми със здравето.

3 СИТУАЦИИ, ИЗИСКВАЩИ СПЕШНА МЕДИЦИНСКА ПОМОЩ

В повечето случаи бъдещите мами стриктно следят за своето здраве, понякога и най-малкото отклонение може да ги паникьоса. Разбира се, чак толкова едва ли е нужно да се вживяваш, но пък и нехайството не е за предпочитане. Кога наистина имаш нужда от незабавна лекарска помощ?

ПРИ КРЪВОТЕЧЕНИЕ

Една от най-опасните причини за извикване на лекар по време на бременност е внезапното кървене. То може да започне по всяко време, като продължителността и интензивността могат да са различни. Кървенето често е придружено от главозамайване, слабост, болки в корема и гърба, както и от внезапна промяна в двигателната активност на плода.

За да разбереш колко опасно е кървенето през бременността, трябва да знаеш до какво може да доведе:

Спонтанен аборт. Абортът се счита за преждевременно прекъсване на бременността по време, когато плодът все още не може да живее извън утробата, т.е. до 22-24 седмици. Кървенето по време на спонтанен аборт започва леко, но постепенно се усилва. Почти винаги е съпроводено с болки в областта на долната част на корема, както и с повишен тонус на матката. Докато чакаш лекаря, е добре да бъдеш в легнало положение.

Предлежаша плацентата. При нормална бременност плацентата е закрепена към маточната стена, а след раждане сама се отделя от нея. Но когато определена точка от плацентата е разположена по-ниско от най-ниско разположената точка на предлежаша част на плода, се говори за предлежаша плацентата и това е патологично състояние. В този случай кървенето често започва без болка и спазми, но обикновено е обилно. Докато чакаш лекар, е добре да лежиш на лявата страна, така че тазът да заема по-висока позиция (например можеш да поставиш съгната хавлиена кърпа или възглавница под него).



д-р Мариета Искилиева,
акушер-гинеколог,
Медицински комплекс
„Д-р Щерев“, София

установено
е, че около
80 - 85 %
от хората,
живеещи в
Централна Европа,
са резус-
положителни
Rh +

РЕЗУС-КОНФЛИКТНА БРЕМЕННОСТ

**Резус-фактор,
резус-конфликтна
бременност...**

**понятия, които може би ти
звучат малко отвлечено и
стряскащо.**

За да си наясно какво означават подобни понятия и доколко крият някакви опасности, потърсихме професионалното мнение на д-р Мариета Искилиева.

Какво ще рече резус-фактор ?

Кръвните групи се определят в момента на зачеването, когато хромозомите на майката и на бащата се съберат. Съществуват 4 кръвни групи – А, В, АВ и 0. Съществува и т.нар. резус фактор (Rh) , който е различен при всеки човек. Около 85 % от хората са резус-положителни Rh + , а останалите 15 % нямат този антиген и са резус-отрицателни Rh - .

Резус-факторът (Rh) е антиген , който се намира върху клетъчната мембрана на червените кръвни клетки (еритроцитите) в човешката кръв . Резус-факторът се състои от шест антигена, които се комбинират по различен начин, но най-голямо значение има D-антигенът. Резус-антигенът се установява по еритроцитите на плода още в 6-тата седмица на бременността.

Кръвната група и резус факторът не се променят с течение на времето.



**Мнението на
специалиста**
Д-р Антоанета
Илиева,
специалист
акушер-гинеколог,
МБАЛ Вита,
София

ПРОКЪРВИХ! КАКВО ДА ПРАВЯ?

Ти си бременна, но на сутринта виждаш червено петно върху бельото си. На какво се дължи? От какво се получава кръвенето? И какви мерки да предприемеш?

Коремът ти вече е видим и това, че нещо се случва с организма ти, а именно прокървяването, разбираемо е повод за притеснение. Трябва да знаеш, че дори кръвта да не е яркочервена, дори да имаш просто зацапване по бельото – това е повод за посещение при АГ специалист. Но запази спокойствие: провокативното петно още нищо не означава. Причините за него са различни и всъщност понякога нямаш повод за притеснение, преди гинекологът да е направил необходимите изследвания, за да разбере откъде идва проблемът. ➤



Влез в moetodete.bg/bremennost-i-rajdane.html и прочети „Бременност без простуда“



За & против

СЕКЦИОТО

Нормалното раждане е естественият път организмът на майката и бебето да се подготвят за дългоочакваната връзка. При нормалното родоразрешение тялото постепенно преминава през няколко фази, които се контролират от хормоните в тялото на жената. Това, разбира се, е свързано с доста

по-дълъг период (за първескини – около 12 часа, а за многораждали жени 6-8 часа) в сравнение с раждането секцио, което приключва с подготовката за около час. Ако твоят акушер-гинеколог прецени, че естественото раждане крие редица рискове както за теб, така и за плода, ще бъде насрочено планово секцио. Датата на операцията се избира след 38 г.с.. Тогава се счита, че плодът е достатъчно зрял, а в същото време е малък рискът да започне естествено раждане.

Какви са медицинските причини за раждане секцио?

- **ненапрегване на раждането**
- **неправилно положение на плода** – седалищно, напречно, с лице

Все по-често жените у нас раждат секцио. Наблюденията сочат, че това се случва не винаги по медицински показания. Има ли преимущества раждането със секцио пред нормалното раждане или минусите са много повече, но майките ги разбират по-късно. Отговори на тези въпроси даде в училището за родители „Моето дете“ г-р Весела Карамисева, акушер-гинеколог в УАГБ „Майчин дом“, София.



АКО МАМА Я НЯМА, А БЕБЕТО Е ГЛАДНО...

Понякога, макар и в редки случаи, за майката и кърменото бебе е невъзможно да са заедно. Какво трябва да се има предвид в такива случаи?

Сватби, екскурзии, пътешествия, семейни събирания, лекции в университета и дори Европейския парламент – навсякъде бихте могли да срещнете бебе, удобно загърнато в слинг или подходяща раница. За кърмаческите двойки това съвсем

не е необичайно. Те са улеснени от факта, че млякото е винаги с мама, винаги с подходяща температура и в удобна опаковка. Но ако мама я няма, а бебето е гладно, ето няколко основни неща, които трябва да се съобразят.

Кой и как ще нахрани бебето, докато мама заедно с млякото и опаковката, е далеч?

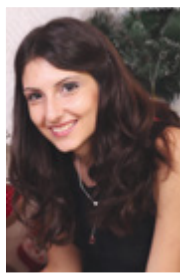
Ако нямате опит с хранене на кърмено бебе, вероятно ще решите, че е нужно просто да се преценят милилитрите мляко в шишето, да сложите биберона и тържествено да го предложите на бебето. Е да, ама повечето кърмени бебета не знаят как



КРАЙ НА ЛУТАНЕТО ПО БОЛНИЦИ!

Мобилно приложение помага на родителите, когато детето им е болно

Целта на приложението е да предложи на родителя оптимално решение и максимално бързо да го ориентира, към коя болница /медицински център/ стоматологична клиника/ лаборатория да се насочи според неговата локация и в зависимост от оплакванията на детето.



Д-р Таня Андреева е на 32 години и още в трети курс на своето обучение започва работа като медицинска сестра в Детска кардиологична клиника в НКБ. От 2012 г. специализира Детска ревматология в СБАЛДБ Проф. Иван Митев. В клиниката по Детска ревматология. Лектор е в Училище за родители "Моето дете".

Какво е HealthyKid Sofia?

Healthy Kid Sofia е иновативно мобилно приложение със социална насоченост, разработено от екип от млади лекари. Целта му е напълно безплатно да помага на родителите на бебета и малки деца в гр. София да открият подходящата болница, медицински център, лаборатория или стоматологична клиника съобразно потребностите им в конкретния случай. Това ще е възможно посредством използване на локацията на родителя и основна информация, посочена от него, на база на която, Healthy Kid Sofia ще препраща спешните случаи и амбулаторни прегледи към подходящо и най-близко лечебно заведение, което има необходимия детски специалист.

Приложението само за родители ли е подходящо?

Наши потребители очакваме да бъдат родители на бебета и деца до 18 год. възраст, които живеят или пребивават временно на територията на гр. София. Тъй като проблемът с болничните заведения е локален (само за столицата ни), приложението ще

работи към момента само с болници, медицински центрове, лаборатории и стоматологични клиники, намиращи се на територията на гр. София. Получаването на болнична и спешна помощ за бебета и деца в Столицата е сериозен проблем, тъй като в града липсва Обединена детска болница, която да отговаря на всички нужди на малките пациенти.

Забеляванията в детска възраст протичат изключително динамично. Невъзможно е да се предвиди в кой момент ще се наложи специализирано изследване или животоспасяваща интервенция. На практика всекидневно деца в тежко състояние преминават десетки километри, транспортирайки се от една болница в друга с риск за живота им. И за по-голяма конкретика – това е пътят, по който преминава всяко онкологично болно дете в България.

Здравното министерство запознато ли е с Вашата идея и биха ли Ви подкрепили за създаването на Национална педиатрична болница?

Изпратих запитване до редица институции, включително и министерство на Здравеопазването, но за съжаление освен от адвокатите, с които се консултирахме, получихме отговор, само от Столична община, която потвърди нуждата и законността на такова приложение. Ще се радваме на обратна връзка и подкрепа от министерство на Здравеопазването. И всъщност всяко едно свяляне на приложението е поредното доказателство за нуждата от Национална педиатрична болница - никои не сваля нещо, от което не се нуждае, нали?

Кой Ви подкрепи за създаването на мобилното приложение?

Създатели на приложението сме аз и моята приятелка, която е икономист. Консултирахме се с юристи, за да спазим закона и с колеги педиатри, за да сме сигурни, че информацията е вярна. Имаме подкрепата на едни от най-големите пациентски организации за деца – Национална мрежа за децата, Асоциация Родители, Националната асоциация на децата и младите хора с диабет. Изключително сме благодарни на нашите програмисти – Speedflow Bulgaria, които прегърнаха идеята и направиха проекта възможен, и на нашите медийни партньори – списание „Моето дете“.



Ако детето го боли гърлото, това може да бъде симптом за различни болести. При това всяка една от тях се отличава със своя клинична картина и методи за лечение.

ОЖ, червено гърло...

Колкото по-рано бъде определена диагнозата, толкова по-бързо ще бъде назначено нужното лечение. А това на свой ред ще позволи да се избегнат редица усложнения. Грижи се за здравето на детето: още при първите признаци на заболяването е добре да се изяснят причините.

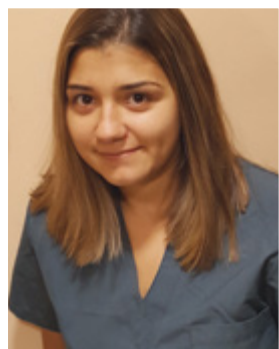
ПРИЧИНИ

Различни причини могат да провокират болките в гърлото. Ето и някои от най-често срещаните:

- слаб имунитет;
- контакт с други инфекциозно болни деца или възрастни;
- рязко преохлаждане на организма;
- пиене на студени течности;

АВТОИМУННИТЕ ЗАБОЛЯВАНИЯ *при децата*

Асоциацията за развитие на медицинската общност (АРМО) стартира информационна кампания, насочена към деца с възпалителни аутоимунни заболявания и техните родители.



**д-р Милена
Кирилова,**
специалист-ревматолог,
Университетска
многопрофилна болница
за активно лечение
"Софиямед"

Инициативата има за цел да обърне специално внимание върху представянето на подходящо лечение и комплексна грижа при малките пациенти с ювенилен идиопатичен артрит, псориазис и болест на Крон. Един от лекарите, участващи в кампанията, е д-р Милена Кирилова, специалист-ревматолог от Университетска многопрофилна болница за активно лечение "Софиямед", която отговори и на нашите въпроси.



Магията на Коледа

За много от нас настъпва най-вълнуващото време от годината, когато всички сме заедно, а много мечти се сбъдват :). Ето как да направим празниците още по-запомнящи се...

СЕМЕЙНИ ЗАБАВЛЕНИЯ

Намери изненадата

Купи няколко мънички интересни неща – по магазините ще откриеш достатъчно прекрасни коледни украси (камбанка, звънче и т.н.). Опаковай ги подobaващо и ги скрий на различни места в стаята. Когато вечеряте и дойде време за десерта постави под всяка чиния бележка, „Очаква те изненада. Тя е в стаята. Открий я!“. Откриването на изненадата под твоё ръководство може да се превърне в интересен спектакъл. Например можеш да поставиш различни условия преди да дадеш напътствия кой къде да търси (песен, стихче, смешни физиономии, подскачане и т.н.). Разбира се, ако съберете повече хора ще бъде и по-интересно. ▶▶

КОГАТО МЪЖЪТ И ЖЕНАТА СТАНАТ *тати и мама*



Раждането на новия член в семейството неизбежно носи и редица промени в ежедневието на живота. Понякога се стига до семейни караници и разправии.

На Ирена й е тежко с 3-месечното бебе. На Радой му е тежко с Ирена, майка на 3-месечното бебе: все не е в настроение, постоянно се обижда, страхува се да не навреди на мъничкото, недоволства от мъжа си. Радой трябва да работи, за да осигурява семейството си и когато се връща от работа е уморен. Но Ирена го посреща с молба за помощ. Ирена счита, че Радой не я разбира, колко й е тежко. Радой също мисли, че Ирена въобще не се поставя на неговото място. Цялото й внимание е насочено към детето. Ирена е вечно недоволна. Разходите на семейството постоянно се увеличават и тя трябва да се лиши от разни удоволствия, с които е свикнала. Едва ли ви е чужда подобна ситуация...



Влез в moetodete.bg/zdrave.html и прочети „Обърнатата матка – проблем ли е?“

В края на всяка лекция – **томбола** с атрактивни награди

УЧИЛИЩЕ ЗА РОДИТЕЛИ

Моѐто дете



програмата през декември

Първите 20 гости, дошли на всяка от срещите ни, получават специален подарък

СОФИЯ



The Mall, бул. „Цариградско шосе“ 115, ет. 2

Кога?	Какво?	Кои?
6.12 10 часа	Дишане по време на раждане <ul style="list-style-type: none"> • Механизъм на дишане • Дишане при паника • Намаляване на болката • Контракции и дишане • Правилно напъване при раждане 	Юлия Коцева, рехабилитатор
20.12 10 часа	Хранене по време на бременност и физическа активност. <ul style="list-style-type: none"> • Хранене на майката по време на бременност. • Препоръчителни и задължителни храни. Има ли забранени храни? • Колко е много и колко е достатъчно 	Деси Пеева, лидер-консултант по кърмене, Ла Лече Лига, България

СОФИЯ

Къщата на София

ул. Мигжур 12, кв. Лозенец, Къщата на София

29.11 10 часа	Захранване на бебето <ul style="list-style-type: none"> • Как да разберем кога е дошъл най-подходящият момент да захраним своето бебе? • Какво да изберем за първо захранване – плод или зеленчук? Как да го приготвим? • Вероятни проблеми, с които може да се сблъскаме, и техните решения. 	Деси Пеева, лидер-консултант по кърмене, Ла Лече Лига, България
12.12 10 часа	Консултации на бебето – прегледи, имунизационен календар. Алергии <ul style="list-style-type: none"> • Кои консултации на бебето да не пропускаме? • Имунизационен календар в България. • Можем ли да избегнем алергиите и как да им въздействаме? 	Д-р Таня Андреева, педиатър

ПЛОВДИВ, СТАРА ЗАГОРА, БУРГАС, ВАРНА, РУСЕ

Захранване на бебето

- Как да разберем кога е дошъл най-подходящият момент да захраним своето бебе?
- Какво да изберем за първо захранване – плод или зеленчук? Как да го приготвим?
- Вероятни проблеми, с които може да се сблъскаме, и техните решения.

Къде?

ПЛОВДИВ

Mall Plovdiv,
ул. „Перущица“ 8
ет.3



Кога?

07.12.2017, 10 часа

Кой?

Цвета Маркова,
лидер-консултант
по кърмене,
Ла Лече Лига, България

СТАРА ЗАГОРА

Аптеку Марви
бул. Патриарх Евтимий №116



07.12.2017, 16 часа

Марияна Сарачева,
лидер-консултант
по кърмене,
Ла Лече Лига, България

БУРГАС

мебелен магазин Aiko,
бул. „Янко Комитов“ №8



08.12.2017, 10 часа

Елена Гвоздейкова,
лидер-консултант
по кърмене,
Ла Лече Лига, България

ВАРНА

Фестивален и конгресен център,
бул. „Сливница“ 2

09.12.2017, 10 часа

г-р Павлина Гилева,
педиатър, неонатолог,
СБАГАЛ, Варна

РУСЕ

Mall Rousse,
бул. „Липник“ 121 Д,
последен етаж



10.12.2017, 10 часа

Миряна Машева,
лидер-консултант
по кърмене,
Ла Лече Лига, България

Нашите лекции са **безплатни** и не изискват предварително записване.

Повече информация относно темите, лекторите и датите на провеждане на срещите на Училище за родители „Моето дете“ можеш да намериш на www.moetodete.bg, а също така и на фейсбук страницата ни Училище за родители Моето дете, където можеш да задаваш и конкретни въпроси, свързани с провеждане на срещи, получаване на подаръци, участие в игри.

С партньорството на:

