

Моѐто дете

ДЕЦА С ХАРАКТЕР

**ТВОЯТ ЛИЧЕН
ПЛАН ЗА РАЖДАНЕ**

**ГРИЖИ ЗА
БОЛНОТО ДЕТЕ**

ISSN 1312-8736



бр.7, юли 2018

**Бebешка хигиена
стъпка по стъпка**

СТОП!

**НА ЛЕТНИТЕ
ВИРУСИ**

**ПЪРВА
ВАКАНЦИЯ
С БЕБЕ.
КОГА И КАК?**

ТОЗИ МЕСЕЦ НА КОРИЦАТА:



59

27

49

52

34

36

16

ГОЛЯМОТО
ОЧАКВАНЕ

ПЛЮС:

Мъжки неволи

стр. 40

34

СТОП НА
ЛЕТНИТЕ ВИРУСИ

ПОЛЕЗНО ЗА МАМА

ЗА БРЕМЕННАТА

- 14 Нови усещания през бременността
- 16 Голямото очакване
- 20 Ангина по време на бременност: профилактика и лечение
- 24 7 често срещани заблуди
- 27 Твоят личен план за раждане
- 29 10 въпроса за раждането и техните отговори

ЗА ДЕТЕТО

- 34 Стоп на летните вируси
- 36 Първа ваканция с бебе. Кога и как?
- 38 Безопасността преди всичко
- 40 Мъжки неволи
- 43 Пагна, удари се, счупи крайник... Първа помощ
- 46 Как да избегнеш дерматита
- 49 Грижи за болното дете
- 52 Бебешка хигиена – стъпка по стъпка
- 56 Вредните съставки в храните - трансмазните

3 ПОЛЕЗНИ ИДЕИ ОТ БРОЯ:



състави си личен план за раждане
стр. 27



научи се да оказваш първа помощ на малкото дете
стр. 43



обгради се с правилните приятелки
стр. 74





38

БЕЗОПАСНОСТА
ПРЕДИ ВСИЧКО



46

КАК ДА ИЗБЕГНЕШ
ДЕРМАТИТА

- 59 Деца с характер
- 62 Негативните емоции – част от развитието на детето
- 65 Биоритми – що е то?
- 68 Мога: Морско настроение

СПЕЦИАЛНО ЗА МАМА

- 72 Контрацепция след раждането
- 74 6 приятелки, от които всяка майка има нужда
- 77 Нани-на... – за сладкия сън на мама и бебе
- 80 Козметика: Контрол върху слънчевите лъчи
- 82 Силата на майчиния глас

ЗА ЦЯЛОТО СЕМЕЙСТВО

- 86 Тя и той в 5 предроditелски обета
- 89 Семейната вечеря
- 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. 11.
- * Най-добрият съвет ще получи Комплект книги от поредицата „Здравей, мое бебе“ на сп. „Моето дете“ на стр. 7.
- * Всяка публикувана снимка в конкурса „Виж колко съм сладък!“ ще получи мемори карти, на стр. 98.

Бременност



ГОЛЯМОТО
ОЧАКВАНЕ
на стр. 16



АНГИНА ПО ВРЕМЕ
НА БРЕМЕННОСТ
ПРОФИЛАКТИКА И
ЛЕЧЕНИЕ
на стр. 20



ТВОЯТ ЛИЧЕН
ПЛАН ЗА
РАЖДАНЕ
на стр. 27

▶▶ ПЕТИ ЛУНАРЕН МЕСЕЦ

(17-20 седмица)

Рожбата ти вече е дълга около 25 см и тежи малко повече от 300 грама. Цялото ѝ телце е покрито с мъхеста покривка, която се нарича лануго и вече има малки косъмчета по цялата глава. Кожата започва да губи червеникавия си цвят, но е все още набръчкана, защото няма подкожна мазнина, която да я

подпълни. В края на пръстите вече има нокти. Плодът прави опити за гълтателни движения, като поема от околоплодната течност, която го заобикаля. Продължава развитието на белите дробове. Ехографията дава възможност да се констатира дихателни движения още от третия месец. Разбира се те са нередовни, а и това дишане не е като нашето, възможно само при наличие на въздух. Предполага се (засега това е само хипотеза), че това е “тренировка” за живота във въздушна среда.

ШЕСТИ ЛУНАРЕН МЕСЕЦ

(21-24 седмица)

Бебето тежи около 650 грама и има дължина около 30 см. Това е месецът на движението! В различни периоди от денонощието то прави средно 20 до 60 движения за половин час с ръце, крака, извива горната част на тялото си и т.н. повечето бебета, изглежда, най-много се движат вечер, когато майката си почи-

ГОЛЯМОТО ОЧАКВАНЕ



Влез в moetodete.bg/bremennost-i-rajdane.html и прочети „Защо се случва и как да износиш и родиш голямо бебе?“

ва. Спокойните извършват под 20 движения на половин час.

Мозъкът също продължава да се развива. Детето спи и се събужда – във фазата на дълбок сън то е неподвижно. При лек сън тялото не се движи, но от време на време ръцете и краката потрепват, както и диафрагмата. При тези малко внезапни и случайни движения на майката ѝ се струва, че детето хълца.

Кожата му все още е набръчкана, а главата му е относително голяма. Оформят се веждите. Клепачите започват да се отварят. Възможно е при силен шум да премигне от стреса. Ако се роди сега – шансовете му за оцеляване са много малки, но все пак ги има.

СЕДМИ ЛУНАРЕН МЕСЕЦ (25-28 седмица)

Дължина 35 см и тегло 1 100 грама. Това е месецът на пробуждането на сетивата! Детето чува най-ниските тонове и следователно по-добре чува гласа на баща си. Шумовете достигат до него заглушени, филтрирани от водната среда, в която е потопено. Освен това около него има особен звуков фон: сърцето на майката, шумовете от нейните вътрешности, шумове от собствената му пънна връв. Амниотичната течност намалява, за да се разшири пространството за малкото човече.

Кожата му все още е тънка и жълтеникава и има старчески вид, защото е набръчкана и покрита с особена мастна покривка, наречена верникс казеоза.

У нас се е създала и се разпространява погрешната представа, че деца, родени в седмия месец (седмачета) са по-устойчиви и преживяват по-дълго време от тези, които са родени в

*Колкото повече приближава
раждането – толкова*

по-красиво става детето.

Бръчките изчезват,

очертанията на тялото се

закръглят, кожата става

светлорозова, финият пух,

който я покрива изчезва

малко по малко. Обикновено в

края на осмия месец бебето

заема своето окончателно

положение за раждане.

осмия месец. Всъщност е точно обратното – практиката показва, че колкото по-зряло е детето (колкото по-късно се ражда), толкова по-големи са шансовете му за оцеляване.

ОСМИ ЛУНАРЕН МЕСЕЦ (29-32 седмица)

Това е времето, в което за пръв път ще придобиеш реална представа как ще изглежда вашата рожба! В повечето съвременни центрове се използват ехографи, които предлагат възможност за триизмерно и четириизмерно (в реално време) представяне на мъничето. Ако бебчето е благо-склонно и не покрива с длани лицето си (случая се понякога), ще може да видите на кого прилича.

Бебето вече е с дължина 40 см, тежи 1800 грама. Главните органи са завършили своето развитие. Някои, по-специално стомахът, червата, бъбреците вече функционират, както ще вършат

това и след раждането. Други не са още съвсем готови – черният дроб и особено белите дробове. Тяжното усъвършенстване завършва именно към осмия месец.

В края на осмия месец бебето тежи средно 2400 г, и е дълго около 45 см.

ДЕВЕТИ ЛУНАРЕН МЕСЕЦ (33-36 седмица)

Теглото на малкото човече е 2600 г, а дължината – около 45 см. Кожата вече е опъната и гладка. Хрущялите на нослето и ушичките вече са станали твърди, ноктите са пораснали и са стигнали до върховете на пръстите. Бебето със сигурност разпознава и отговаря по свой начин на познати звуци – гласът на мама, любимата музика и др.

ДЕСЕТИ ЛУНАРЕН МЕСЕЦ (37-40 седмица)

Рожбата ти ще използва последните седмици, за да укрепи силите си и да увеличи теглото си – 20-30 грама дневно! Тънкият пух, покриващ кожата, вече е почти изцяло опаднал, но по тила и раменете може да остане и след раждането. Черепът не е напълно вкостен, а фонтанелите правят възможно преминаването на главичката в таза по време на раждането. Природата за всичко е помислила :). Най-голямото тайнство – раждането – предстои!

Ася Иванова
Консултант: г-р Анатолий Дуковски,
акушер-гинеколог, гл.ас., СБАЛАГ

АНГИНА

ПО ВРЕМЕ НА БРЕМЕННОСТ:

ПРОФИЛАКТИКА И ЛЕЧЕНИЕ

С КАКВО Е ОПАСНА АНГИНАТА ПО ВРЕМЕ НА БРЕМЕННОСТТА

Заболявания на сърцето, ставите и бъбреците се дължат на факта, че организмът прекалено силно се бори със стрептокока, който е и възбудителят на ангина. Стремейки се да се отърве от него, това въздейства не само на сливиците в гърлото, но и на другите части от тялото, предизвиквайки нелеки заболявания.

За да се успокои „страстта“ на имунитета, обикновено на пациентите с ангина, заедно с антибиотиците, лекарите предписват антихистамини, които намаляват вероятността от усложнения. Само че бременният организъм може да реагира нестандартно на антихистаминовите препарати, затова те трябва да бъдат изписани само от лекар.

ПРОФИЛАКТИКА

Най-добрата профилактика е да избягваш контакт с болни.

По време на бременността е добре да те прегледа специалист УНГ и стоматолог, още докато си във втория триместър, които да установят, че при теб отсъстват тези възбудители, способстващи за развитието на ангина, като кариес или възпаление на горните дихателни пътища, или, ако съществуват, да залечат тлеещите огнища.



Мнението на специалиста

Консултант:
г-р Александар Дойчиновски,
акушер-гинеколог,
МБАЛ и ДКЦ Вито

Ангината най-често възниква на фона на ОРВИ и между другото, не само когато хората не се лекуват, но и когато се лекуват неправилно, неграмотно и използват едни или други лекарства. Много често подобна картинка се наблюдава при тези, които са се лекували самостоятелно с имуномодулиращи средства или при използване на противовирусни препарати. Нито едно от двете не трябва и не може да си назначиш самостоятелно, това трябва да направи единствено лекар. Когато чакаш гете – това е недопустимо! Дори ако си чула милион пъти от телевизията, че именно това лекарство не вреди по никакъв начин на бъдещите майки, не си играй излишно със съгбата и не рискувай.



Савина Петрова

Твоят личен план за раждане

Мечтаеш за леко и безпроблемно раждане? Тогава не чакай всичко да се случи от самосебе си, а проучи възможностите, с които разполагаш. И планирай отдалече Големия ген.

Какво представлява планът?

Това е списък на желанията ти как да протече един от най-важните моменти от твоя живот. Със сигурност вече си прехвърляла през ума си различните варианти за раждане - какво се надяваш да се случи и какво би искала да избегнеш на всяка цена.

Време е да се опиташ да ги систематизираш и да ги запишеш. Разбира се, списъкът не трябва да е прекалено дълъг. Стреми се да отбележиш най-важното за теб, без да гадаеш и да се тревожиш дали то ще се случи, или не. Помни, че целта е една - да родиш здраво дете! Ще ти бъде много по-лесно да я постигнеш, ако се настроиш позитивно.

Съвет:

Започни с планирането на раждането поне 3 месеца преди термина. Така ще имаш достатъчно време да премислиш всичко

Защо е необходим?

Може би ти се вижда някак странно да планираш на практика непредсказуемото. Истината е, че си заслужава! Така ще можеш да попиташ за всичко, което те интересува, както и да изясниш с лекарите, които ще се грижат за теб във важния ден, какви точно са очакванията ти. Планът е чудесен начин да зададеш въпросите, които те вълнуват без да забравиш нито един от тях. В крайна сметка най-важното е ти самата да си по-спокойна и по-уверена. Разбираемо е, че по време на самото раждане няма да ти е до приказки и обяснения. Освен това много жени в този момент имат чувството, че губят контрол над ситуацията. Ето защо съставянето на план ще ти даде чувството, че ти самата участваш във вземането на решенията и си насочила случващото се в определена посока.

Съвет:

Мисли и пиши позитивно – използвай фрази като „Бих искала...“, „Надявам се...“ А не: „Това, което не искам...“

Как да го съставиш?

След като решиш къде искаш да родиш, проучи внимателно какъв е редът в избраното от теб здравно заведение. Вече в почти всички болници у нас се организират дни на отворените врати. Не пропускай тази възможност да разгледаш отделението, да влезеш в родилната зала, да поговориш с болничния персонал за условията там.

През летните месеци децата често страгат от стомашно-чревни неразположения, чиято причина най-често е вирусна инфекция.



СТОП! НА ЛЕТНИТЕ ВИРУСИ

Основните виновници за летните неразположения са рота, ентеро, норо вируси и още много други, които не е нужно да познаваш поименно, за да причислиш в графа „Неприятели“. Това означава, че трябва да бъдеш много прецизна в създаването на хигиенни навици на детето, както и да избягваш контакт с болни деца и възрастни. Вирусите се разпространяват лесно и бързо през лятото – най-често в курортните селища, тъй като се събират много хора на едно място, хигиената се влошава и се създават предпоставки за инфекции. И най-уязвими се оказват децата.

СРЕЩА С ВИРУСИТЕ

СИМПТОМИТЕ ЗА

ЛЕТНИТЕ ВИРУСИ СА:

- повишена температура;
- повръщане;
- диария.

Понякога можеш да решиш, че детето е настинало, особено ако е прекарало по-дълго време в морето. Но в повечето случаи това не е съвсем така.

- Щом има разстройство, причината в повечето случаи е вирус или бактерия.
- Ако детето повръща, не винаги може да е ясно дали това е от вирусна инфекция или неподходяща храна. Ако причината е вирус, обикновено са налице и хрема, кашлица. Така или иначе, и в двата случая лечението е сходно.



Влез в moetodete.bg/bebe.html и прочети „Слънцето и бебето“

Когато говорим за пътуване с бебе или малко дете, най-важно е да се погрижим за сигурността му. Във всичките ѝ аспекти. Виж, кои са те...

БЕЗОПАСНОСТТА

СТОЛЧЕ/ КОШНИЦА ЗА КОЛА

Те не са аксесоари, за да се избират в тон с цвета на дамската на колата, нито са създадени, за да се постилат с прекрасни одеялца, за да му е мекичко на човечето. Основното им предназначение е да спасят живота на бебето при евентуален инцидент. Трябва да бъдат здраво фиксирани към седалката и мъничето вътре да е закопчано.

Разбира се, не пречи да са в тон с цвета на колата, с цвета на дамската или с марката на колата. Но преди всичко се избират по показател – сигурност. Затова, когато става въпрос за бебе до една годинка, е добре да се използва кошница (0-13 кг). Тя се монтира в посока обратна на тази

на движението, за да може мъничето да е оптимално защитено при евентуален камшичен удар. Точно заради това не е добре за тази възраст да се вземат комбинирани варианти – примерно 0-18 кг. Те са удачни тогава, когато детето вече седи стабилно и не прекарва голяма част от пътуването в сън.

ХРАНА И ЛЕКАРСТВА

Може да се зачудиш защо храната е включена в раздел „безопасност“? Чудиш се, защото си мама за пръв път и имаш малко бебе. Първата почивка, която прекараш с дете, което

вече може да се храни на заведение, ще ти изясни връзката между храната и безопасността. А именно – трябва много внимателно да избираш местата, на които ще се храните. Ентеровирусите и летните натравяния са едни от най-честите причини за влизане в болницата на малко дете. Какво да правиш:

- Ако сте наели апартамент, тогава нямаш проблем. Желателно е ти да готвиш за детето, а в заведение да се спреш на вариант краставици и хляб (примерно);
- Ако сте в хотелски комплекс на база „Ол уклузв“, то просто избирай мястото след

Силният пол си има своите слаби места. Ето някои здравословни проблеми, с които родителите на момченцата се сблъскват от най-ранна възраст.

Мъжки неволи

Фимоза Така се нарича състоянието, при което кожата на препуциума не е отделена от лигавицата на главичката на пениса и е затруднено свободното ѝ движение. Повечето момченца след раждането имат физиологична фимоза - кожата покрива почти изцяло или частично лигавицата поради относително по-малкия размер на главичката на пениса. Все пак кожата позволява да се откриват уретрата и част от лигавицата. С нарастването на пениса това състояние преминава от само себе си до около втората годинка на детето (при някои и в пубертета). Ежедневният тоалет, който се прави, помага това да се случи без насилствено забелване на главичката.

ВНИМАВАЙ ЗА...

- Нужно е кожичката да се отваря, докъдето позволява, и да се изчисти събраният секрет (смегма), като се измива с вода и сапун.
- Именно непочистената смегма е една от причините родителите да се обърнат към лекар специалист. Обикновено те забелязват погиване на пениса и образуване на топчета с белезникав цвят. Това състояние е предпоставка за развитие на бактерии и носи риск за възникване на уроинфекция.
- Фимозата има различни степени и именно заради това подходът трябва да бъде индивидуален, а състоянието да се следи от специалист уролог.

Лечение: Операция се налага в малък процент от случаите, като се изчаква детето да навърши поне една годинка. Разбира се, има състояния, при които кожичката изцяло покрива главичката, включително отвора на уретрата, и пречи на уринирането. Тогава хирургичната намеса е неизбежна и необходима и в по-ранна възраст. За облекчаване на състоянието обикновено се препоръчва да се правят бани с калиев перманганат, смиралка или лайка, но най-важна си остава ежедневната хигиена.

Хипоспадия Под това име се означава отваряне на уретрата по долната страна на пениса – външна аномалия, която се установява веднага след раждането. Ако отворът на уретрата е по горната страна, се нарича еписпадия.

Разликата в мястото на уретрата може да бъде от няколко милиметра до степен, при която уретрата се отваря при скротума. Често и самият пенис е изкривен надолу. Не е установена връзка между това състояние и протичането на бременността на майката или медикаменти, които може да е приемала.

Лечение: Тъй като проблемът е свързан с уретрата, която е недоразвита, няма начин състоянието да се промени с израстването. Третира се оперативно, като при хирургичната интервенция се прави утължаване и изграждане на нова уретра. За „матрица“ се използва катетър, затова следоперативният престой в болницата е от изключителна важност, като основно се следи катетърът да не се размести. Състоянието не поставя пречки пред бъдещия полов живот на момчето, нито влияе на възможността му да има деца (стига да се направи операция).



Влез в moetodete.bg/bebe.html и прочети „Грижа за пъла на новороденото“

Как да избегнеш дерматита

Когато казваш „кожа като бебешко гупе“, имаш предвид гладка, нежна и здрава. Хайде, да я направим и на мъника такава



Влез в moetodete.bg/dete.html
и прочети „5 проблема при заспиването на децата“

Бebешка хигиена СТЪПКА ПО СТЪПКА

От опит знаем, че най-голямото предизвикателство за родителите с първо бебе са къпането и обличането му. И веднага се притичваме на помощ :).



КЪПАНЕ

Добре е ваната, в която ще къпете бебето, да не е много пълна. Водата да заема около 1/3 от нея. Цялата процедура може спокойно да бъде извършена от един човек, ако

има предварително приготвен съд с чиста топла вода отстраня, канче, с което да полива, и достатъчно смелост.

Не е нужно да се използва сапун повече от веднъж седмично, особено когато става въпрос за новородено бебе. Когато се мие главичката на малкото, е достатъчно да се загребва с шепя вода и да се измие с поглаждащо напрег



(към челцето на бебето) движение. Ако пъпчето не е паднало, може да се покрие с кърпа и

човечето да бъде изкъпано по този начин. Когато в следствие падне, мъничето вече може да бъде обръщано и по гръб.



ПОСТАВЯНЕ НА ПЕЛЕНКА

При поставяне на пеленката трябва да извадиш кърпичките навън между крачетата на бебето. Така ще избегнеш възможното пропускане на пеленката и ще създадеш комфорт на мъничето.





Био ритми

Биоритмите са ритъмът на живота и те се регулират от времето и продължителността на съня, скоростта на растежа, увеличаването на телното и други параметри от детското развитие.

що е то?

Биоритмологията е наука, която разглежда организацията на живата материя във времето. Биоритмите ни позволяват да се приспособим към промените в обкръжаващата ни среда – на първо място към смяната на деня с нощта, лунните фази и годишните времена. Поддържането на естествените биологични ритми се явява особено важно в детската възраст. Именно през този период има





С появата на новия член на семейството бързо става ясно, че сънят на бебето е от първостепенно значение за доброто емоционално и физическо състояние на всички у дома.

НАНИ-НА...

(ИЛИ ЗА СЛАДКИЯ СЪН НА МАМА И БЕБЕ)

Ако не помниш кога за последно си спала 6 часа без прекъсване, знай че те разбирам прекрасно! Затова в следващите редове ще се опитам да ти бъда максимално полезна с информация за съня на детето и с хитри идеи как да успяваш и ти да си почиваш повече :).

0-6 МЕСЕЦА

При раждането си бебето няма усещане за ден и нощ така, както ние ги разбираме, нито пък представя за нашия ритъм на бодрстване и сън. В първите седмици след раждането е нормално то да се буди основно за хранене и за смяна на пелената, а след кратко – отново да заспива.

- През първите няколко месеца

прогължителността на непрекъснатия му сън може да е едва 4-5 часа (горе през нощта), след което мъничкото се буди, защото има нужда от храна.

● След третия си месец то би могло да спи между 6-8 часа без прекъсване, но, както знаем, малко са късметливите-родители, които се радват на явлението „непробуден сън“ още от тази ранна възраст. ▶

Тя и Той
В
ПРЕДРОДИТЕЛСКИ
ОБЕТА

Хубаво е поне вечер всички да могат да се съберат на масата и да си поговорят.

Това е важно не само от гледна точка на правилното хранене, но в емоционален и даже познавателен аспект. Семейната вечеря може да послужи на детето като образец за здравословно хранене, приобщеност, изграждане на ценности. Според психолозите, именно съвместната вечеря след тежкия работен ден помага за сплотяване на семейството. В същото време специалистите с тревога отбелязват, че традицията всички да се събират на семейна-



В забързаното ни ежедневиe, вечерята се оказва времето, когато семейството може да се събере и да се усети като едно цяло.

та трапеза постепенно отмира. А заедно с тази традиция изчезва и самото семейство в класическия смисъл на думата. Дано вие да сте от тези семейства, които биха опровергали това твърдение.

Семейната трапеза е Време...

...и за хранене

Установено е, че когато мама и тате се хранят здравословно, детето

много по-лесно ще възприеме принципите им, защото най-добрият учител е личният пример. Ако плодовете и зеленчуците неизменно присъстват на масата, и малкото ще ги предпочита. Помнете, че не е

задължително вечерята да бъде богата на ястия. Тя трябва да бъде най-вече полезна и вкусна. Когато решаваш какво ще е менюто, попитай и за мнението на малкото. Така ще му покажеш, че се съобразяваш с

него и уважаваш вкуса му. Привличай детето към приготвянето на вечерята, давайки му изпълними задачи в съответствие с възрастта. Така ще му позволиш да укрепи самооценката си и да прояви чувство

СЕМЕЙНАТА ВЕЧЕРЯ



КРЕМ-СУПА ОТ ЛЕЩА



МАГДАНОЗЕНИ КЮФЕТА



**ТИКВИЧКИ, КАРТОФИ
И ГЪБИ НА ФУРНА**



ШОКОЛАДОВ СЛАДКИШ С ЧЕРЕШИ

В края на всяка лекция – томбола с атрактивни награди

УЧИЛИЩЕ ЗА РОДИТЕЛИ

Моето дете



програмата през юли

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

СОФИЯ



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

Кога?	Какво?	Кои?
4.07 10 часа	Кърмене – ползи и значение. Проблеми и решения. Лекция 1. Кърмене - ползи и значение <ul style="list-style-type: none">• Какво даваме на бебето докато кърмим• Пози на кърмене Лекция 2. Кърмене – проблеми и решения <ul style="list-style-type: none">• Най-чести проблеми на кърменето• Най-лесни и полезни решения	Деси Пеева, лидер – консултант по кърмене, Ла Лече Лига, България
18.07 10 часа	Захранване на бебето. Лекция 1. Захранване на бебето. <ul style="list-style-type: none">• Кога да започнем захранването • Какво да изберем – плод или зеленчук • Вероятни проблеми и решения Лекция 2. Хранене на детето от 1 до 2 г. <ul style="list-style-type: none">• Създаване на навици • Алергени • Нови храни	Деси Пеева, лидер – консултант по кърмене, Ла Лече Лига, България

СОФИЯ

Къщата на София

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

10.07 10 часа	Захранване на бебето. Лекция 1. Захранване на бебето. <ul style="list-style-type: none">• Кога да започнем захранването• Какво да изберем- плод или зеленчук• Вероятни проблеми и решения Лекция 2. Хранене на детето от 1 до 2 г. <ul style="list-style-type: none">• Създаване на навици • Алергени • Нови храни	Деси Пеева, лидер – консултант по кърмене, Ла Лече Лига, България
24.07 10 часа	Кърмене - ползи и значение. Проблеми и решения. Лекция 1. Кърмене – ползи и значение <ul style="list-style-type: none">• Какво даваме на бебето докато кърмим• Пози на кърмене Лекция 2. Кърмене – проблеми и решения <ul style="list-style-type: none">• Най-чести проблеми на кърменето• Най-лесни и полезни решения	Деси Пеева, лидер – консултант по кърмене, Ла Лече Лига, България

ПЛОВДИВ, СТАРА ЗАГОРА, БУРГАС, ВАРНА, РУСЕ

Излизане по майчинство

Лекция 1 Излизане по майчинство.

- АБВ в документацията за излизане по майчинство
- Къде и за какво да внимава всяка майка
- Правата на майките и кой ги защитава

Лекция 2 Връщане на работа след майчинство.

- Какво защитава майките при връщането им на работа
- Какви са възможностите за връщане на работа по-рано
- Какви отпуски се полагат след изтичане на майчинството

Къде?	Кога?	Кой?
ПЛОВДИВ Пиано-бар Quattro, пл. Съединение 3	5.07.2018, 10 часа	Симона Райчева- Дерменджиева, HR-специалист
СТАРА ЗАГОРА Аптеку Марви бул. Патриарх Евтимий №116	5.07.2018, 16 часа	Симона Райчева- Дерменджиева, HR-специалист
БУРГАС мебелен магазин Аiko, бул. „Янко Комитов“ №8	6.07.2018, 10 часа	Симона Райчева- Дерменджиева, HR-специалист
ВАРНА Фестивален и конгресен център, бул. „Сливница“ 2	7.07.2018, 10 часа	Симона Райчева- Дерменджиева, HR-специалист
РУСЕ Mall Rouse, бул. „Липник“ 121 Д, последен етаж	8.07.2018, 10 часа	Симона Райчева- Дерменджиева, HR-специалист

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.