

Моето дете

САМО

1,⁹⁹ лв.

бр.8, август 2018

ISSN 1312-8736



10

НЕЗАМЕНИМИ

ХРАНИ

ЗА БРЕМЕННАТА

*Мигрена
след раждането*

**ЗАБАВНИ
ИГРИ
ЗА ДЕЦА И
БАЩИ**

**ОСОБЕНОСТИ НА
НЕДОНОСЕНИТЕ
ДЕЦА**

**КАК ДА СЕ СПРАВИМ
С НЕПРИЯТНИТЕ
КОЛИКИ?**

Август 2018

ТОЗИ МЕСЕЦ НА КОРИЦАТА:



14

78

52

86

58

27
ПРОБЛЕМИ С
ОЧИТЕ ПРЕЗ
БРЕМЕННОСТТА



ПЛЮС:

Без страх
и упреци

стр. 34

ПОЛЕЗНО ЗА МАМА

ЗА БРЕМЕННАТА

- 14 10 Незаменими храни за бременната
- 19 Тест: Провери дали се храниш правилно
- 21 Храна за повече настроение
- 24 За алкохола, цигарите и бременните
- 27 Проблеми с очите през бременността
- 30 Бременна заг волана

ЗА ДЕТЕТО

- 34 Без страх и упреци
- 38 Кърмене за начинаещи
- 44 Водата! Жизненоважна за детето
- 46 От какво зависи детският апетит?
- 49 Най-близо до сърцето на мама
- 52 Как да се справим с неприятните колики?
- 55 Нощен индикатор
- 58 Особености на недоносените деца
- 62 Признаци за възможен здравословен проблем

14
10 НЕЗАМЕНИМИ
ХРАНИ ЗА
БРЕМЕННАТА



24
ЗА АЛКОХОЛА,
ЦИГАРИТЕ И
БРЕМЕННИТЕ

3 ПОЛЕЗНИ ИДЕИ ОТ БРОЯ:



провери дали се храниш правилно
стр. 19



грижи се за бебето си без излишна паника
стр. 35



как да се справиш със зложодото дете
стр. 46

38

БЕЗОПАСНОСТТА
ПРЕДИ ВСИЧКО



46

КАК ДА ИЗБЕГНЕШ
ДЕРМАТИТА



КАКВО МОЖЕШ ДА СПЕЧЕЛИШ ТОЗИ МЕСЕЦ

64 Лизгата на необикновените
геца

68 Мога: Лято, здравей!

СПЕЦИАЛНО ЗА МАМА

73 Всеки има нужда от почивка

76 Свекървице! Свекри... Мама?

78 Мигрена след раждането

80 Летни емоции

82 Козметика:

ЗА ЦЯЛОТО СЕМЕЙСТВО

86 Забавни игри за геца и бащи

89 Как безопасно да готвим през
лято

91 Рецепти

С „МОЕТО ДЕТЕ“ НА УЧИЛИЩЕ

95 Кои са лекторите в нашето
училище

96 Програма

98 Конкурс: Виж колко съм сладък



- * Комплект книги от поредицата „Здравей, мое бебе“ на сп. „Моето дете“ ще спечели писмото на месеца, на стр. 7.
- * Най-добрият съвет ще получи Комплект книги от поредицата „Здравей, мое бебе“ на сп. „Моето дете“ на стр. 70.
- * Всяка публикувана снимка в конкурса „Виж колко съм сладък!“ ще получи мемори карти, на стр. 98.



Стела и Анатоли Никифорови са на върха на щастието, когато получават гълго чаканата вест, че ще стават родители. Но очакването на щастливото събитие се превръща в кошмар! Това е история за вярата, за силата на майчината любов, за надеждата, която ни крепи и в най-тежките мигове... и за хората – онези, които влизат в живота ни като спасители, за да останат завинаги като близки приятели!

ПИСМО
НА
МЕСЕЦА



Здравейте!

Ето я и нашата история: Съпругът ми живее вече 10 години в Германия, а аз от март 2014 година. В момента съм на 39 години, а съпругът ми на 43. След една година и половина опити да забременея решихме първо да си направя лапароскопия за проходимост на тръбите. И така, през септември 2015 я направих и, излизайки от упойка, лекарят ми каза: "За съжаление и двете ти тръби са запушени. В едната има съвсем малко проходимост, но това няма да ти помогне". Така той ме изпрати в ин витро център в град Улм, Германия. След няколко месеца лечение на щитовидната ми жлеза, д-р Бундшу ми даде зелена светлина. На 07.01.2017 започнах със стимулациите за ИКСИ процедура, а на 18.01.2017 имах в утробата си 2 ембриона. Три седмици по-късно разбрах, че съм бременна. Щастливка - на тази възраст от първия път заченях. В 5 г.с. започнаха проблемите... обилно кървене.. в този момент загубих едното бебе. Проблемите при мен бяха: малка матка, лоша плацента, малко околоплодни води, риск от тромбоза, резус фактор и високо кръвно налягане. И така през два три дни тичах до гинеколога ми за-

ради кървенето. Кошмарна бременност. От 18 г.с. и след това, когато лекарят на два пъти ми каза едни и същи размери на бебето, ноктите ми започнаха да се чупят...разбрах, че нещо се случва с бебето ми. Кървенията продължиха и така до 19.06.2017, когато отидох при гинеколога си с 255/150 кръвно. Той ме изпрати вкъщи, като ми каза да увеличат дозата на лекарствата ми за кръвно налягане, но не можел нищо да направи, понеже е много рано, а болницата е подготвена за раждане от 29 г.с. нагоре. Така преносувах у дома, но кръвното ми продължи да се качва и сутринта на 20.06.2017 с мъжа ми намерихме в интернет Университетска клиника в Улм, обадохме се и ни казаха незабавно да отида. След обстоен преглед се събраха всички лекари и завеждащият на родилно при мен. Казаха ми, че има опасност за живота и на двете ни и, ако искам това дете, трябва да остана в болницата и че тежи около 400 грама. Всеки ден главният лекар лично идваше да ме преглежда и се смееше на дъщеря ми, защото или се

криеше, или трепереше поради факта, че няма много място. Сложиха ми системи кортизон за затваряне на дробчетата й. Не трябваше да лежа по гръб, защото бебче ми притискаше кава вена и така до нея не достигаше пълноценно кръвоснабдяване. В същото време трябваше да лежа по гръб, защото акушерките не можеха да открият плода, за да чуват сърчицето... и ми се наложи да лежа няколко дена по гръб до заветната събота 24.06.2017, когато главният лекар ми направи видеозон и каза: „Мисля, че днес е най-добрият ден това дете да дойде на бял свят.“ Попитах го колко тежи и той каза около 300 грама. Започнаха изследвания, подготовка за раждането... обясниха ми, че ще ми срежат матката Т-образно, тъй като бебето е много малко и да не го наранят. А ако не оцелее, ще трябва да продължа с опитите за забременяване след

БРЕМЕННА ЗАД ВОЛАНА: 7 ПРАВИЛА ЗА БЕЗОПАСНОСТ

Очакваш бебе, но от необходимост или заради собствения ти комфорт се налага да шофираш. Но, за да не навредиш на здравето си и на това на детето, трябва да помниш следващите правила за безопасност

Много лекари са против бременната жена да седи зад волана и това си има своите логични обяснения:

- **Натискайки педалите**, се стимулира допълнителен приток на кръв към малкия таз, което може да предизвика напрежение в матката и да застраши здравето на плода.
- **По пътищата често си участник в ситуации, които ти носят отрицателни емоции**, които от своя страна повишават кръвното налягане, нарушават ритъма на сърцето, повишават тонуса на матката, влошават кръвопритока към плацентата.
- **Зад волана бременната седи в неестествена поза**, често продължителен период от време, което също влияе недобре на кръвоснабдяването. А когато очакваш дете, това е много вредно, защото кръвта пренася хранителни вещества и кислород.



КЪРМЕНЕ ЗА НАЧИНАЕЩИ

Вече си мама :)
Честито! Понякога кърменето
е по-голямо предизвикателство
от раждането. За успешен старт
последвай нашите съвети.



Водата!

Жизненоважна за детето

Още от родилния дом чуваш само това – „Внимавай бебето да не се обезводни!“ Но в какво се изразява това внимание?

При децата дехидратацията най-често е свързана с болестно състояние, придружено с повръщане, диария или висока температура. В зависимост от количеството загубени течности тя може да бъде лека и лесно преодолима, средна, тежка и животозастрашаваща.

Какви са знаците, че бебето е дехидратирано?

! повече от 6 до 8 часа пелената остава суха;
урината изглежда по-тъмна и пелената мирише по-силно от обикновеното;
детето е летаргично и сънливо;
сухи са лигавиците на устата и устните на бебето;
няма сълзи при плач;
кожата при ощипване на коремчето се прибира по-бавно.



Той почти винаги се разминава с очакванията и желанията на мама, която или смята, че детето не се храни достатъчно, или пък се чуди как да ограничи постоянно му желание за ядене.

От какво зависи детският апетит?

Апетитът на детето е нещо изключително индивидуално и всичките ти опити да го вкараш в някакви рамки или предписания

най-вероятно ще претърпят неуспех. Все пак има фактори, които му влияят, и е добре да знаеш в кои моменти и обстоятелства е нормално да настъпят промени в желанието на малкото да си похапва.

Защо намалява?

Най-голямо отражение върху апетита безспорно има здравето на детето. Всяко неразположение води до понижаване на интереса към храненето и това е съвсем нормално. Организмът в този

КАК ДА СЕ СПРАВИМ С НЕПРИЯТНИТЕ КОЛИКИ

Не всички бебета
страдат от тях, но
ако твоето раждане е
сред неспокойните
чувствителни
мъничета, ето какво
можеш да направиш.

Коликите
се появяват
през първите
няколко седмици
след раждането
(обикновено около
третата) и
продължават
3 до 4 месеца.

Защо се появяват?

Според различните теории коликите могат да се дължат на много фактори. Нито една от тях обаче не е събрала достатъчно доказателства, за да можем да твърдим, че е универсална. Затова, ако твоето бебе не се влияе от определен метод на лечение, не значи, че не можеш да му помогнеш по друг начин. Новородените имат недоразвита храносмилателна система, която не е преработвала храна и тепърва се приучава към ефективна работа. Мускулите, които я поддържат, все още не са развили пра-

вен метод на лечение, не значи, че не можеш да му помогнеш по друг начин. Новородените имат недоразвита храносмилателна система, която не е преработвала храна и тепърва се приучава към ефективна работа. Мускулите, които я поддържат, все още не са развили пра-

Вмедицината не съществува точно определение за коликите, затова лекарите поставят диагнозата основно на базата на симптомите и отхвърлянето на други възможни причини за неутешимия плач на новороденото. Не всички неспокойни и чувствителни бебета страдат от колики. Приеми факта, че е нормално за едно новородено да плаче общо 2 до 3 часа дневно.

ОСОБЕНОСТИ НА НЕДОНОСЕНИТЕ ДЕЦА

Появата на бял свят на недоносено дете може да е обусловена от редица обстоятелства, а често – и от техните съчетания. Ето какво имаме предвид

В медицината за недоносени се считат децата, родени в периода на 28-а – 37-а седмица от бременността, имащи телесна маса по-ниска от 2500 г и ръст – по-малък от 45 см. Детето се ражда недоносено по редици причини, често заради комбинация от тях.

Да родиш недоносено дете

Няма общо правило, което да важи за всички майки, всяка конкретна ситуация си има своите индивидуални причини, които невинаги ти се струват възможни. Но, въпреки това има основни фактори на риска:

- ▶▶ **Наследствена предразположеност**, генетични заболявания и състояния, водещи до преждевременно раждане.
- ▶▶ **Професионални „вредители“ на бъдещата майка**

ка (не само химични вещества от производството, високото ниво на шум и вибрациите, но и работата на компютър в съчетание с малко движение и застоял начин на живот).

- ▶▶ **Стрес** – хроничен и остър, повишена тревожност, негативно отношение към собствената бременност поради

определени обстоятелства.

- ▶▶ **Никотинова зависимост**. Според статистиката бъдещите майки пушачки са с повишен риск от преждевременно раждане.
- ▶▶ **Възрастта на бъдещата майка**, както опасност има както за прекалено млади, така и за „възрастни“ жени.

Лятото е време за почивки, забавления и приключения. А мама трябва да знае на какво да обърне внимание, планирайки ваканцията ☺

Всеки има нужда от почивка...

Всяка възраст на детето има своите особености, с които е добре да се съобразиш, когато обмисляш варианти за почивка.

Разбира се, най-важното е детето да бъде здраво, за да бъде почивката благополучна, но и има и още фактори, които, ако обмислиш предварително, биха ти спестили излишни нерви. Надяваме се, че нашите съвети ще ти помогнат да направиш най-добрия избор и наистина да можеш да си починеш :). Защото, знаеш, колко е важно мама да бъде добре, за да расте и малкото човече щастливо.

4-12 месеца: Хубаво е там, където е мама.

Много педиатри нямат възражения против пътуествията с бебе. Основното е, мъничето да е здраво, а почивката да бъде

поне три седмици – тогава климатизирането ще стане плавно и незабележимо и рискът за неприятности, свързани със здравето, е много по-малък. Много е важно да обезпечиш за себе си и за бебето максимално комфортни условия и да се убедиш, че там, където ще почивате, ще има квалифицирана медицинска помощ, в случай на нужда. Съвсем малките бебета обикновено не се впечатляват от смяната на обстановката: те продължават да се хранят с апетит, спят си и с удоволствие опознават заобикалящия ги свят. За малкото е важно просто мама да бъде до него.

Съвет:

Ако бебето е на повече от шест месеца, към багажа не забравяй да добавиш подходяща за него храна. Освен количката е хубаво ако имаш слинг или кенгуру - свободните ръце определено ще ти са от полза на курорта. Пелените за еднократна употреба и хигиенните продукти могат да бъдат намерени и на място, но слънцезащитният продукт е по-добре да тестваш предварително, докато сте у дома.

Къде?

Избягвай големите и шумни хотели. Предлагаме ти да избереш по-малък и спокоен хотел или къща за гости, където да сте само вие. Със сигурност ще ти е по-удобно, ако избереш вариант с осигурена закуска, обяд и вечеря, разбира се, ако не си най-добрата готвачка и държиш лично ти да приготвиш храната за семейството.

СВЕКЪРВИЩЕ! Свеку... *Мама!?*



Влез в [moetodete.bg/
zdrave.html](http://moetodete.bg/zdrave.html) и прочети
„Чуждо тяло в носа
на малко дете“

МИГРЕНА СЛЕД РАЖДАНЕТО



Главоболието след раждането е често срещан проблем, а едно от най-тежките му проявления е мигрената.

КАКВО ПРЕДСТАВЛЯВА МИГРЕНАТА?

Това е заболяване, което се характеризира с периодически повтарящи се пристъпи на главоболие, локализиращи се обикновено в едната половина на главата. Мигрената се отнася към неврологичните заболявания и се проявява с главоболие с различна честота - от 1-2 пъти на седмица до 1-2 пъти в годината.

Пристъпите на болестта протичат еднотипно и в повечето случаи се повтарят в продължение на години. В началото на пристъпа се появява пулсираща болка в главата в предната част или при очните ябълки. След това болката може да стане много силна, да се разпростре в половината част на главата или в цялата, като е съпроводена с гадене, повръщане, светло-и фонофобия (непоносимост към светлина и шум).

Мигрената може да бъде: обикновена и класическа, като всяка форма има своите особености.

ПРИЧИНИ

Факторите, провокиращи пристъпите на мигрена, често са стрес и умствено напрежение. Състоянието може да бъде отключено и от:

- * Преумора, хронична липса на сън, нарушения на съня;
- * Хормонални нарушения и колебания в хормоналните нива по време на менструалния цикъл;
- * Промяна във времето - топло или студено;
- * Колебания на атмосферното налягане;
- * Магнитни бури;
- * Простудни заболявания и др.

Причините за развитието на мигрената не са изучени до край. Доказано е, че значителна роля за възникването ѝ играят наследствените фактори: в повечето случаи заболяването се наследява по майчина линия.

МИГРЕНА СЛЕД РАЖДАНЕТО

Обикновено пристъпите на мигрена след раждането се развиват при жени, страдащи от заболяването и преди бременността. Но има и случаи, когато мигрената се появява за първи път след раждането. Началото на заболяването след раждане се наблюдава при жени, които не кърмят,

ЗАБАВНИ ИГРИ за деца и бащи

**Бъдете бързи, смели и
весели! Ето и няколко
идеи за игри на
открито.**

Скъпи татковци, ние, майките, приветстваме уникалния ви талант да запазвате детето в себе си максимално дълго време. За стимулиране на тази ви дарба подготвихме няколко игри, с които да се облечете в настроение и поздравите хубавото време навън. Извадете от паметта си целия арсенал от детски и бойни другарски песни от казармата, разровете торбата с лудориите и се забавлявайте :).



Как безопасно да ГОТВИМ ПРЕЗ ЛЯТОТО

Не е тайна, че в жезите рискът от стомашно-чревни инфекции се повишава. Постарай се да предпазиш детето си от това, като в същото време му предлагаш вкусна и полезна храна

Лятото е прекрасно време не само за игри на чист въздух, но и най-накрая да реализираш идеята си и да обогатиш менюто на малкото палавниче.

Само че не забравяй, че когато температурите навън са високи, бактериите се размножават интензивно, а процесите на вкисване и гниене в храната протичат много бързо.

Не си заслужава да рискуваш със здравето на детето, а да защитиш здравето му, ще ти помогнат следващите правила.

1. **Преди да започнеш с готвенето, задължително си измий ръцете**

Да, направи го, дори да не си била навън непосредствено преди това. Защото именно по пръстите се развъждат тези бактерии, които успешно се присламчват към собствените микроорганизми на хранителните продукти и след това имат много неприятни последствия за здравето на детето.

Ръцете трябва да се мият на всеки етап от готвенето, за да не пренасяш бактерии от един продукт върху друг.





ДОМАТЕНА СУПА С КРУТОНИ



РИЗОТО С ДОМАТИ И ЗЕЛЕНЧУЦИ



КЮФТЕНЦА С ДОМАТЕН СОС



ДОМАТИ, ПЪЛНЕНИ С ОРИЗ

УЧИЛИЩЕ ЗА РОДИТЕЛИ *Моето дете*

НАГРАДИ

ВЗЕМИ СПЕЦИАЛНАТА КАРТА ЗА ОТЛИЧНИЦИ

УЧИЛИЩЕ ЗА РОДИТЕЛИ
Моето дете

КАРТА ЗА ОТЛИЧНИЦИ

Име:
Тел.:
Град:

Събери 3 печата. Всяка месец всички го спечелили някои награди от Училище за родители Моето дете.

Не пропускай да вземеш своята карта за отличници, събери трите печата и имаш шанса да спечелиш една от страхотните ни ежемесечни награди!

Наградите от месец юли се теглят през месец август



x1 VIVID Интерактивен домашен любимец



x1 БЕБЕШКИ ПАНТОФКИ

x3 Комплект книги от поредицата „Здравей, мое бебе“ на сп. „Моето дете“



x1 Крем „ЗДРАВЕ“ при подсичане под пелени от Арома



x1 Кутия-изненада от Мама бокс с интересни и полезни продукти за мама и бебе.



За непотърсени награди в рамките на 2 месеца, организаторите не носят отговорност

КОИ СА ЛЕКТОРИТЕ В

УЧИЛИЩЕ ЗА РОДИТЕЛИ

Моето дете

АВГУСТ



Таня Андreeва

педиатър, детски ревматолог

Аз съм на 33 години, по професия и призвание съм лекар, детски ревматолог. Работя в болница Здравето, където продължавам кариерното си развитие. Имам една прекрасна дъщеричка на 5 г, която ме научи на истински

важните неща в живота и ме прави по-добра всеки ден. Винаги, още от дете, съм искала да се занимавам с медицина и по-точно с педиатрия и не съм си представяла да работя нещо друго. Работата с деца ме мотивира и зарежда. От трети курс започнах работа като медицинска сестра в Детска кардиологична клиника в НКБ. Това беше сбъдната мечта за мен, защото за първи път се докоснах до истинската медицина. Там разбрах колко е важно да се работи в екип и колко трудна и отговорна е работата на медицинските сестри. От 2012 година специализирам Детска ревматология в СБАЛДБ Проф. Иван Митев. В клиниката по Детска ревматология имах възможност да работя с прекрасни хора, не само лекари на световно ниво, но и хора с огромни сърца, на които ще съм благодарна винаги. А от началото на 2018г съм част от екипа на Детското отделение на болница Здравето.

Създател съм на мобилното приложение Healthy Kid Sofia, чиято цел е в ключов момент бързо да насочи майките в София към най-правилното медицинско заведение, в което да обърнат адекватно внимание на тяхното дете.

С голямо удоволствие водя лекции в Училище за родители Моето дете, където се срещам с много бъдещи родители.



Юлия Коцева

От 1986 г. работи като рехабилитатор в ПСАГ-БАА „Света София“. През 2001 г. се дипломира като бакалавър по „Здравни грижи“ в Медицински университет, София. От 2003 г. притежава магистърска степен „Социални дейности“ от Софийски

университет „Св.Климент Охридски“. Има над 30 сертификата от курсове, следдипломни обучения и национални конференции с международно участие, като: „Съвременна наука и практика във физиологичното раждане“ (септември, 2016г.), „Академия за акушерки“ от V-тата международна конференция във Велико Търново (ноември, 2016 г.).



Симона

Райчева

HR специалист

Симона е HR специалист от повече от 10 г., занимава се с администриране на персонал, трудово правни консултации и безопасност на труда. Твърди, че професията сама

я е избрала. От 9 години се занимава с Трудова психология. Кариерата започва в НОИ като сътрудник по изплащане на обезщетения за болнични и майчинство, а по-късно продължава пътя си в международна компания като HR. Работата ѝ за нея е изключителна възможност да бъде от полза, превеждайки тази суха и сложна материя на гостъпен общочовешки език.



В края на всяка лекция – томбола с атрактивни награди

УЧИЛИЩЕ ЗА РОДИТЕЛИ

Моето дете



програмата през август

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

СОФИЯ



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

Кога?

Какво?

Кой?

1.08

10 часа

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

Симона Райчева-Дерменджиева, HR-специалист

15.08

10 часа

Консултации на бебето – прегледи, имунизационен календар. Алергии

Лекция 1. Хранене по време на бременност.

- Кои консултации на бебето да не пропускаме?
- Имунизационен календар в България
- Странични реакции след ваксиниране

Лекция 2. Алергии – сезонни, хранителни и медикаментозни

- Можем ли да избегнем алергиите
- Кога е определящ генетичният фактор?

д-р Таня Андреева, педиатър и създател на мобилното приложение HealthyKid

СОФИЯ

Къщата на София

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

7.08

10 часа

Грижи за новороденото

Лекция 1. Грижа за новороденото – обличане, къпане и разходки

- Какво ни очаква през първите дни в родилния дом
- Какво да правим през първите дни вкъщи
- Сезонни разходки, обличане и къпане

Лекция 2. Закаляване и грижа за здравето на новороденото

- Въздушни бани • Адаптация към климатичните условия
- Възможни заболявания

Юлия Коцева, рехабилитатор, Първа АГ "Света София"

21.08

10 часа

Консултации на бебето – прегледи, имунизационен календар. Алергии

Лекция 1. Консултации на бебето

- Кои консултации на бебето да не пропускаме?
- Имунизационен календар в България
- Странични реакции след ваксиниране

Лекция 2. Алергии – сезонни, хранителни и медикаментозни

- Можем ли да избегнем алергиите
- Кога е определящ генетичният фактор?

д-р Таня Андреева, педиатър и създател на мобилното приложение HealthyKid

ПЛОВДИВ, СТАРА ЗАГОРА, БУРГАС, ВАРНА, РУСЕ

Раждане – естествено или секцио. Видове анестезии. Възстановяване.

Лекция 1 Подготовка за раждане.

- Най-важните стъпки в подготовката за раждане • Естествено или секцио
- Видове анестезии

Лекция 2 Възстановяване след раждане

- Следродилен период • Следродилна депресия

Къде?

Кога?

Кой?

ПЛОВДИВ

Локацията ще бъде уточнена на
FB страницата на *Училище
за родители „Моето дете“*

2.08.2018, 10 часа

Красимира Чалова,
акушер-гинеколог

**СТАРА
ЗАГОРА**

Аптеки Марви
бул. Патриарх Евтимий №116



2.08.2018, 16 часа

Анастасия Найденова,
акушерка

БУРГАС

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



3.08.2018, 10 часа

Велина Василева,
акушерка

ВАРНА

Фестивален и конгресен център,
бул. „Сливница“ 2

4.08.2018, 10 часа

Соня Жекова,
акушерка

РУСЕ

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



5.08.2018, 10 часа

Джордж Соинев,
акушер-гинеколог

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:

