

Моето дете

бр.7, ЮЛИ 2016

САМО
2,99 лв.

ISSN 1312-8736



**КАКЪВ ЦВЯТ
Е ТВОЯТА
БРЕМЕННОСТ**

**ЗАЩО
ПЛУВАНЕТО
Е ПОЛЕЗНО
ЗА ДЕТЕТО**

**СТОМАШНО-ЧРЕВНИ
ИНФЕКЦИИ:**

**ПРИЧИНИ,
СИМПТОМИ,
ЛЕЧЕНИЕ**

**ОПИТАЙ
ТОВА!**

**Десерти за
най-малките**

**КАК ДА НАУЧИШ
МАЛЧО НА ТЪРПЕНИЕ**

5 ОСНОВНИ ПРАВИЛА

ЗА БЕЗОПАСНО ЛЯТО

ТОЗИ МЕСЕЦ НА КОРИЦАТА:



16

48

38

84

53

88

ПЛЮС:

Етапи в
психоемоционалното
развитие на детето

СТР. 55

ПОЛЕЗНО ЗА МАМА

ЗА БРЕМЕННАТА

- 16** Бременна през лятото
- 20** Цветът на твоята бременност
- 24** На какво е способна жената?
- 25** Конкурс: „Аз съм бременна“
- 26** О, ужас! Глисти по време на бременност
- 29** Промени с корема през 9-те месеца
- 32** Завита пълна връв
- 34** Шопинг: Стилни аксесоар

ЗА ДЕТЕТО

- 36** Кърмене в летните горещини
- 38** Първо лято: правила за безопасност
- 42** Болестите нямат ваканция
- 46** Нервни тикове
- 48** Стомашно-чревни инфекции
- 51** Как да предпазиш детето от кариес
- 53** Десерти за най-малките
- 55** Специални страници: Етапи в психоемоционалното развитие на детето
- 62** Как растат гецага
- 65** Козметика: Дългоочаквана ваканция
- 66** Началото на детското любопитство



16

БРЕМЕННА ПРЕЗ
ЛЯТОТО

20

ЦВЕТЪТ НА
ТВОЯТА
БРЕМЕННОСТ



42

БОЛЕСТИТЕ НЯМАТ
ВАКАНЦИЯ

3 ПОЛЕЗНИ ИДЕИ ОТ БРОЯ:



как се променя коремът през бременността,
стр. 29



какво е характерно за кърменето през летните месеци,
стр. 36



забавни и полезни летни игри,
стр. 68

62

КАК РАСТАТ
ДЕЦАТА

76

ОБИЧАЙ СЕ,
МАМО!

- 68 Да поиграем през лятото
- 71 Съвети за здраве и възпитание
- 72 Когато баба и дядо са далеч
- 74 Шопинг: Морски приключения

СПЕЦИАЛНО ЗА МАМА

- 76 Обичай се, мамо!
- 78 Пет грешки, които майките правят
- 80 Писмо до моята гъщеря!
- 82 Козметика: Коприно сляние

ЗА ЦЯЛОТО СЕМЕЙСТВО

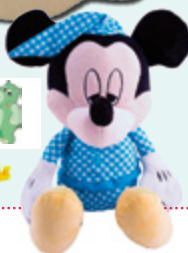
- 84 Плуването е здраве и красота
- 86 Хайде на пикник
- 88 Научи детето на търпение
- 90 Шопинг: Перфектната сянка
- 91 Рецепти

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



- * Книга „В гората“ ще спечели писмото на месеца, на стр. 12.
- * Играчки от Хиполенд ще спечелят победителките от конкурса „Аз съм бременна“, на стр. 25
- * Най-добрият съвет ще получи Мляко за бебета Anthelios Dermo-Baby SPF 50+ на La Roche-Posay, на стр. 71.
- * Всяка публикувана снимка в конкурса „Виж колко съм сладък!“ ще получи Рамка за снимка, на стр. 98.

Бременността винаги е красива и вълнуваща, но има своите особености в различните сезони.

Какви биха могли да бъдат предимствата и недостатъците да си с коремче в горещите летни месеци? Какво не би трябвало да пренебрегваш и на какво непременно трябва да се насладиш?

ГОРЕЩО Е...

Високите температури през лятото създават неприятен дискомфорт на бременната. Подуването на ръцете, краката, усещането за гадене и слабост са част от възможните оплаквания, особено ако си в последните месеци. Топлината усилва симптомите на бременността: в женския организъм настъпват хормонални промени, плацентата сама по себе си отделя топлина, а под влияние на външната температура това явление се усилва. Коремът расте и ти все по-трудно се движиш. В случая от голямо значение е и облеклото. Избирай дрехи от естествени тъкани, светли и леки. Шапката също е важен аксесоар за безопасното ходене по жегите. Прекрасно би било, ако през горещините имаш възможност да бъдеш на планината или на морския бряг. Но ако трябва да прекараш лятото в града, не се притеснявай, винаги има начини да се разхладиш. Все пак бременността и слънцето могат да бъдат напълно съвместими без никакви негативни последиствия.

✱ Прохладната вода е основно средство за разхлаждане. Можеш да си напра-



БРЕМЕННА през лятото

те канят в най-забавния **КОНКУРС**

"Аз съм бременна!"

Супер, вече си бременна!
Но как разказа на света? Покажи
на всички впечатляващия начин,
по който поднесе голямата вест.

- ✓ На **тамкото**
- ✓ На **бъдещите баби и дядовци**
- ✓ На **бъдещите лели и чичовци**
- ✓ На **всичките си приятели**



Как да участвам?

- Имаш ли снимка, на която си запечатала вълнуващия миг? Изпрати ни я на лично съобщение на facebook страница: Училище за родители Моето дете.
- Най-атрактивните снимки от всяка категория ще бъдат публикувани в галерия на страницата на училището, на сайта moetodete.bg и в списанието.
- Победителите за всяка категория ще се избират всеки месец от специално жури.

Наградите за месец юли са **ИГРАЧКИ ОТ**



За да спечелиш една от тях, изпрати снимките си на лично съобщение на facebook страница: Училище за родители Моето дете до 31 юли 2016 г. Наградите ще бъдат изтеглени на 5 август.



О, УЖАС! ГЛИСТИ

ПО ВРЕМЕ НА БРЕМЕННОСТ

Каква
опасност грози
бременната,
ако се сдобие
с „неканените
гости“?



Влез в **bremennost-i-rajdane.html** и прочети „Какво усеща бебето при раждането си?“

Сч. istockphoto.com

През 9-те месеца в тялото на жената настъпват множество промени. Най-видимата от тях като че ли е... коремът.

ПРОМЕНИ С КОРЕМА

през 9-те месеца

В началото на бременността много мамии се притесняват, че коремът им не расте достатъчно бързо. Всъщност как трябва да расте и как си променя формата? Нека веднага кажем, че това как изглежда и как расте коремът, зависи от много предпоставки: телосложението

на жената, размер на таза, състояние на мускулите, ръст на матката и детето, количество околоплодни води. Ето защо при едни жени коремът расте по-бързо, при други – по-бавно, при едни може да е голям, а при други – едва забележим. И все пак има някои общи закономерности за растежа и размера на корема през бременността.

Лятото е прекрасно, но крие и опасности, особено за най-малките, ако не се спазват определени правила.

Посрещнете първото лято на мъничкото с необходимите знания и предпазни мерки. Спазвай нашите съвети, за да се радвате с малчо на едно безгрижно и красиво лято.

КАК ДА ЗАЩИТИШ БЕБЕТО ОТ ПРЕГРЯВАНЕ?

За растящия организъм слънчевите лъчи са полезни, но това не означава излагане на влияние то им без контрол. В никакъв случай не бива да допускаш „изгаряне“ за новороденото. За мъничкото са напълно достатъчни слънчевите лъчи, които получава, докато е на прошарена сянка под дърветата или под навес. Имай предвид, че новородените не могат да регулират телесна-

та си температура така, както възрастните. Причината е, че до 3-тия месец от живота им потните жлези все още не са развити. Рискът от слънчево изгаряне винаги съществува, тъй като кожата на малкото е нежна и особено чувствителна. За съжаление малчо няма как да ти каже как се чувства, затова в горещините бъди нащрек. Ето и симптомите, които ще ти подсказват, че нещо не е наред и може да се наложи да потърсиш лекарска помощ:

*** бебето става капризно, плаче, отказва да се храни, става вяло или обратното –**

ПЪРВО ЛЯТО: ПРАВИЛА ЗА БЕЗОПАСНОСТ



Влез в moetodete.bg/bebe.html и прочети „Биберон с мед – да или не?“

Болестите дали излизат в отпуск през летните месеци? Би било хубаво, но уви... и сега са готови да се проявят по различни неприятни начини.



БОЛЕСТИТЕ нямат Ваканция

Защо децата боледуват и през лятото? Нали тогава имунитетът укрепва и би трябвало да се радват на добро здраве. Но... ето пак повишена температура, болки в гърлото, хрема, че даже и ангина, отит... Все проблеми, които като че ли особено обичат да се случват по време на така очакваната лятна почивка.

Причини за летните простуди

→ Вирусите лесно и бързо се разпространяват през лятото – най-често в курортните селища, тъй като там се събират много хора на едно място, хигиената се влошава и се създават предпоставки за инфекции. И в случая най-уязвими са децата. Особено по-малките от тях, кои-

КАК ДА ПРЕДПАЗИШ ДЕТЕТО ОТ КАРИЕС



Д-р Петя Ячева завършва през 1989 г. Медицински университет в гр.София, факултет по Дентална медицина. Работи като стоматолог във Висшето Военно Въздушно училище „Г. Бенковски“. През 1997 г. придобива специалност „Обща стоматология“ и продължава трудовия си стаж в Окръжна стоматологична поликлиника в гр. Плевен. От 2000 г. работи в гр. София като общопрактикуващ лекар със собствена практика по дентална медицина.

Кабинетът на г-р Ячева е оборудван със съвременна апаратура за диагностика, лечение, физио и лазертерапия. Високото си професионално ниво поддържа чрез участие в курсове за следдипломна квалификация и научни форуми, провеждани от национални и международни организации.

Трябва ли да се лекуват млечните зъбки? Та нали са временни? Това съвсем не означава, че отношението ни към тях трябва да е повърхностно и несериозно. Напротив, здравите млечни зъбки са гаранция и за здрави постоянни. А какво притеснява достатъчно често и временните, и постоянните зъби? Кариесът. Можем ли да го предотвратим?

КАРИЕС НА РАННОТО ДЕТСТВО (КРД)

Ако по зъбките на детето се появят бели петънца от обезцветяване на емайла, които прогресират до тъмни и до изронване на частици от зъбките, ако не се лекуват навреме, то се касае за кариес на ранното детство (КРД) – болезнен и нелицеприятен проблем.

КРД обикновено се развива във възрастта между 1 и 3 години непосредствено след пробива на млечните (временните) зъбки. Това е не само дентален проблем, тъй като е възможно да засегне общото състояние и развитие на детето, може да доведе до тежки последици от възпалително и функционално естество, ортодонтски проблеми и не на последно място висок риск от патология в устната кухина в постоянното съзъбие.

ПРИЧИНИ ЗА ПОЯВАТА НА КРД

➔ **Бактериалната флора и защитата в устната кухина в ранна детска възраст са в процес на изграждане.** Новопробилиите зъби са с нематуриран (недостатъчно зрял), хипопластичен или хипоминерализиран емайл.

➔ **Децата приемат специфична възлехигратна храна с течна или твърда консистенция.**

С пробива на зъбите започва и колонизирането с микроорганизми, които са кариогенни (кариесобразуващи). Това може да доведе до увреждане на повърхността на зъба, както и до увреждане на неговата пулпа (нерв).

➔ **В детската слюнка концентрацията на защитни имуноглобулини е около два пъти по-**



Повечето родители се ориентират за физическото състояние на детето по ръста и теглото му.

Всеки месец с гордост отбелязваш колко е пораснало и колко наддало бебето. А колко ли ще е високо, когато порасне? Може би си задаваш и въпроса защо едни деца растат по-бързо, а други по-бавно? От какво зависи ръстът на детето и може ли да му се повлияе?

ТЕМПОВЕ НА РАСТЕЖ

Ръстът, теглото, а също така обиколката на главата и гърдите са основни показатели, с помощта на които се оценява физическото развитие на новороденото. Малкото или многото килограми,

съотношението между обиколката на главата и гърдите, ръстът – по установените цифри може да се предположат или изключат някои заболявания на новороденото. Ето защо веднага след раждането бебето се притегля и измерва, като това проследяване продължава през цялата първа година и то всеки месец. В кабинета на педиатъра чрез специални таблици, т.нар. персантили, се сравняват ръстът и теглото на детето спрямо стойностите за възрастта и пола му. Така педиатърът прецени дали малкото човече расте в норма.

Обикновено доношеното новородено е с дължина 46-56 см. Момчетата като правило са по-дълги от момичетата. Но ако родителите на малката принцеса са високи, то тя може да надмине среднестатистическия ръст за новородените момчета. Какво се случва с растежа на децата през първата година? Тогава те растат най-интензивно – с цели 20-25 см. След първата година темповете на растеж намаляват: през втората година детето пораста с 8-12 см, през третата – около 10 см. След третата година се счита за нормално, ако детето пораста с не по-малко от 4 см.

КАК РАСТАТ ДЕЦАТА



Трябва ли да отговаряш на безкрайните детски въпроси? Да, трябва. Иначе няма как неосъзнатото любопитство да прерасне в осъзната любознателност.

Една от нашите родителски отговорности е именно да удовлетворяваме детското любопитство. А то започва много преди конкретните въпроси.

КОЙ СЪМ АЗ?

В действителност любопитството на децата се „пробужда“ много преди всички въпроси, като „защо?“ и „как?“. Детето просто се ражда с него.

Началото на детското ЛЮБОПИТСТВО



○ **В началото възможностите за опознаване на света са ограничени и главният обект за изучаване се явява самото мъниче за себе си.** Движи се, чувствайки тялото си. Грабва всичко и размахва с ръце, за да разбере предназначението на „уловеното“. Разглежда крачетата си, ръцете си и вероятно открива приликите и разликите :). За детето това съвсем не е лека задача.

○ **Малкото човече има нужда от твоята помощ, за да направи откритията си.** Връзката между майката и детето не приключва с отрязването на пъпната връв, а продължава през целия живот, като е особена силна през първата година. Първите месеци след раждането вие продължавате своя общ живот. Мама се учи да разпознава оттенъците на бебешкия плач, досеща се за желанията на малкото, по лицето му „чете“ мислите, които и то само не разбира. У детето възниква усещане-



Надали има човек, който би казал „Аз никога не искам да имам внуци!“. Бабите със сигурност знаят, че това е една от най-големите благословии в живота. Но какво се случва, ако децата и техните деца живеят далеч? Какво е да си баба или дядо от разстояние?

КОГАТО БАБА И ДЯДО СА ДАЛЕЧ

Предлагаме ти няколко съвета, които агрегираме директно към бабите и дядовците и те молим, ако те няма как да прочетат този текст, помогни им, като им го разкажеш.

1. Направи си снимка с внуците

Звучи тривиално и сякаш всички си знаем, че снимането трябва да е непрестанен процес. Но следващия път, когато внуците ти гостуват – снимай се с тях – баба, дядо и внуче (може и с куче):). И го прави при всяко посещение.

Така в дома на внучето ти винаги ще има ваша снимка и към нея всеки път може да се прибавя следващата – един вид албумче от всичките ви прекрасни преживявания заедно, спомени, скътани за цял живот.



Обичай се, мамо!



За да расте гетето щастливо и здраво, то се нуждае от здрава и щастлива майка. Затова не оставяй себе си на заден план и си обърни внимание още при първите сигнали, че нещо не е наред

Професионална помощ

В никакъв случай не се самолекувай. Какъвто и следродилен проблем да имаш, задължително се обърни към лекар.

Съществуват няколко разпространени проблема със здравето, които се „настаняват“ при младата майка веднага след като малкото се появи на бял свят. Не ги оставяй без внимание!

Нервна система

„Дали детето го боли нещо? Защо плаче толкова дълго?“ Състоянието на тревога не те напуска, макар и докторът да твърди, че бебето е абсолютно

здрaво? Научи се да се отпуснеш, да почиваш повече. Пий чай от мента. А лекарства използвай само по лекарско пред-

Скъпо мое момиче,

Надявам се, че никога няма да се налага да ти дам това писмо. Надявам се, че ще успея да те науча да се приемаш и цениш такава, каквата си, преди комплексите да са се натрупали като камара с камъни край крехката ти психика. Надявам се да успея да пробудя в сърцето ти любов към всичко и всеки и най-вече към теб самата.

Надявам се, че нито едно момче няма да изисква от теб да отслабнеш 10 кг и че никоя продавачка няма да дръзне да ти прошепне, че имаш нужда от повечко козметика, за да изглеждаш добре. Надявам се, че никога няма да чуя от теб думите „Аз съм дебели!“ или „Аз съм грозна!“.

Пише ти твоята 28-годишна майка... Днес се навършват седем месеца от раждането ти и аз все още се опитвам да оправя отношенията си с моето следродилно тяло.

Всъщност на теория, някъде в главата ми зная, че все още изглеждам добре. Не спирам да си повтарям, че тялото ми е красиво, защото съм те носила девет месеца, а след това съм те кърмила от раждането ти, че и до сега. Но всеки път, когато погледна в огледалото, се чувствам обезверена. А в най-лошите си дни, съм буквално съкрушена.

Истината е, че никога не съм имала особено самочувствие отнoсно външния си вид. Но пре-

ПИСМО ДО МОЯТА дъщеря



Влез в moetodete.bg/bremennost-i-rajdane.html и прочети „Какво да вземем в родилния дом?“

Плуването е здраве и красота

Ако сте вече на морето, вероятно си се заел със задачата да научиш малкото да плува. Кои друг, ако не най-смелият татко, ще покаже на своето отроче очарованието на необятната морска шир.



Разхождайки се и ние край морето, срещнахме **Марио Златев, треньор в плувен клуб „Метропол“, Бургас**. Потърсихме неговото мнение относно плуването. Нека го споделим и с вас, със сигурност има какво да научите.

Какво е за теб плуването?

Плуването е един невероятен спорт! Спорт, съчетал в себе си магията на здравето, красотата от изваяната фигура, обогатяването на интелекта, развиването на полезни навици в детето и човека в частност.

Защо е полезно плуването за децата?

Плуването е спорт и както всеки спорт то е безкрайно полезно. Без значение какъв е точно спортът, извършва ли се двигателна активност към пълноценен начин на живот, е добре. Големият плюс на плуването е, че процентът на травми е изключително нисък и успоредно с това тренират деца с гръбначни изкривявания и сърдечно-съдови заболявания!

Така че наистина бих посъветвал родителите да запишат своите деца на плуване именно поради този факт - цялото тяло се развива изключително хармонично и равномерно!

Коя е подходящата възраст за тренировки по плуване?

Няма точно конкретна възраст, тъй като всяко дете е строго индивидуално за себе си. Някои

Нашият суперплан ще ти помогне бързо да се организираш, нищо да не забравиш и най-важното – с удоволствие да прекараш времето с детето сред природата.

ХАЙДЕ на пикник!



Светът около нас

Опитните майки знаят правилото: „Отиваш за един ден, но се приготвяш като за три“. Това, разбира се, се отнася за памперсите, дрехите, шишетата... Не се поддавай на изкушението да събереш в сака супернеужни вещи, вземи само най-необходимото. Толкова ли е важен допълнителният комплект дрехи, или можеш да минеш с една смяна на фланелката? И заслу-

жава ли си да мъкнеш любимата плюшена мечка, която ще заеме цяло място в колата?

Тези неща е задължително да са в сака:

✱ **Питейна вода.** Най-добре да е в повече. Тя може да послужи не само за утоляване на жаждата, но и за промиване на рана, за плакнене на ръце или, за да изгасиш с нея огъня.

✱ **Аптечка.** В нея задължително трябва да има йод, бинт, памук, лейкопласт, обезболява-

щи препарати, хапчета против повръщане и против разстройство, слънцезащитен крем, репеленти против ухапвания от комари и насекоми и всички тези лекарства, които приемате ти или детето. Също не забравяй памперсите, мокрите кърпички и салфетки.

✱ **Храна.** Възможно е с компанията да решите да си изпечете шишчета, но дали мъникът ще иска да ги яде? А може той да се откаже и от печения картоф. Така че запасът от храна винаги е необходим. И отново не забравяй за принципа: вземи само най-необходимото: храна за детето – пюрета и каши, плодове (предварително измити), солети, кроасани... Сложи всичко в термо чанта.

✱ **Дрехи.** Освен блузи, панталони или поли за преобличане, е необходимо да имаш под ръка:

► Панамка или шапка, непромокаемо яке, по-плътни панталони,

КОИ СА ЛЕКТОРИТЕ В НАШЕТО УЧИЛИЩЕ



Д-р Стефан Пепеланов

1988 г. завършва медицина в Пловдивски медицински институт.

До 1992 г. работи като участъков педиатър в гр. Пазарджик, започвайки специализация по „Детски болести“.

През 1992 г. започва работа като педиатър в Първа градска поликлиника гр. Пловдив.

От 1998 до 2000 г. е хонорован асистент към катедра „Обща медицина“ на Медицински Университет гр. Пловдив.

От 2014 г. е част от екипа на СБАЛГ „Селена“.

Член е на „Национално сдружение на педиатрите – специалисти от извънболничната помощ“.

Д-р Елена Вучкова

Образование: медицина 2003 – 2009 г. в Медицински университет, София.

Специализант по Детска ендокринология 2010 – 2015 г. в СБАЛДБ „Проф. Иван Митев“.

Месторабота: МБАЛ „Здравео“, МЦ „Детско здравео“.

Член е на БНСДЕ (Българско национално сдружение по Детска ендокринология), на Българското ендокринологично дружество, Българска педиатрична асоциация.

Участва в национални и международни срещи на педиатри и детски ендокринолози.

Автор и съавтор е на няколко статии, лектор на медицински сестри в обучението на деца с диабет. Част е от екипа на „Център по диабет“ под ръководството на Проф. Константинова.

Участие в ISPAD Research school, Milano, Italy, 04.2015 г.

Деси Пеева



Деси е майка на 2 деца. Имала е трудности с кърменето на първото си дете и е получила много грешни съвети. За щастие попада на информация за кърмене от Ла Лече Лига, което много ѝ помага. От 4 г. е член на Ла Лече Лига България и от 1,5 г. е международно акредитиран Лидер – консултант по кърмене. Част е от група за подкрепа и информация за кърмене „Ла Лече Лига София“. Всеки месец изнася лекции за кърмене, хранене и отбиване. Взява участие и като гост лектор с някои от местните училища за родители. Работата ѝ като консултант по кърмене ѝ носи истинско удоволствие, а да е част от организация като „La Leche League International“ и да споделя опит и знания с лидери от цял свят, е не само източник на възможно най-адекватната информация за кърмене, но и привилегия.

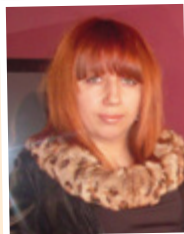


Симона Райчева

Специалист по управление на човешки ресурси с практически опит, както в сферата на бизнеса, така и в структурите на държавната администрация. Работила е за Национален осигурителен институт като специалист по определяне правото на ползване на обезщетения от фондовете на обществено осигуряване. Работила е като Специалист ЧР в международна медийна компания, а към настоящия момент е Специалист ЧР в СББ Медиа АД.

Магистър е по Публична администрация и Трудова психология. Занимава се с администриране на персонала и трудовите отношения, изграждане на процедури, трудова дисциплина, прилагане на нормативните разпоредби на КТ, КСО, ЗЗБУТ, разрешаване на казуси от трудовоправен характер и др.

Мариана Цветанова, акушерка



От 2008 г. до момента – старша акушерка в МБАЛ „Авис медицина“ ООД Отделение по неонатология.

2007-2008 – Инструктор по акушерски грижи към МУ-Плевен.

1998-2008 – УМБАЛ „Д-р Георги Странски“ ЕАД, Отделение по неонатология, сектор „Интензивна терапия“.

ПРОГРАМА

СОФИЯ The Mall, бул. „Цариградско шосе“ 115,
ЕТ. 2, **10 часа**



ДАТА	ТЕМА
22.06	Задължителни консултации и имунизационен календар през първата година на бебето. Криви на растежа. Елена Вучкова, педиатър, МЦ „Здраве“
13.07	Готови ли сме за бебето? Какво се случва в семейството, когато станем трима, четирима или повече. Дора Прангаджийска, психолог
27.07	Захранване на бебето. Ива Петкова, лидер-консултант по кърмене, Ла Лече Лига България



ПЛОВДИВ Mall Plovdiv, ул. „Перущица“ 8, ет.3, **10 часа**

ДАТА	ТЕМА
7.07	Излизането по майчинство и връщането на работа: какво ни се полага по закон, какви са необходимите документи, как да се справим от психологическа гледна точка. Симона Райчева-Дерменджиева, HR специалист.

СТАРА ЗАГОРА Аптеки Марви, бул. Патриарх Евтимий №116,
16 часа



ДАТА	ТЕМА
7.07	Излизането по майчинство и връщането на работа: какво ни се полага по закон, какви са необходимите документи, как да се справим от психологическа гледна точка. Симона Райчева-Дерменджиева, HR специалист.



С партньорството на:



УЧИЛИЩЕ ЗА РОДИТЕЛИ

Моето дете

БУРГАС мебелен магазин Aiko, бул. „Янко Комитов“ №8, **10 часа**

ДАТА

ТЕМА

aiko

8.07 Излизането по майчинство и връщането на работа: какво ни се полага по закон, какви са необходимите документи, как да се справим от психологическа гледна точка. Симона Райчева-Дерменджиева, HR специалист.

ВАРНА Ресторант Bodega, Бул. „Сливница“ № 9, срещу Фестивален и конгресен център Варна, **10 часа**

Bodega
TAPAS & WINE

ДАТА

ТЕМА

9.07 Излизането по майчинство и връщането на работа: какво ни се полага по закон, какви са необходимите документи, как да се справим от психологическа гледна точка. Симона Райчева-Дерменджиева, HR специалист.

РУСЕ Mall Rousse, бул. „Липник“ 121 Д, последен етаж, **10 часа**

Mall
Rousse

ДАТА

ТЕМА

10.07 Излизането по майчинство и връщането на работа: какво ни се полага по закон, какви са необходимите документи, как да се справим от психологическа гледна точка. Симона Райчева-Дерменджиева, HR специалист.



С партньорството на:

DEVIN