



## SAMODZIELNY ZESPÓŁ PUBLICZNYCH ZAKŁADÓW LECZNICTWA OTWARTEGO WARSZAWA-TARGÓWEK



zaprasza

**KOBIETY W CIĄŻY** do uczestniczenia  
w zajęciach edukacji przedporodowej

# SZKOŁA RODZENIA



Do uczestnictwa w programie upoważnione są ciężarne:



- zameldowane na pobyt stały na terenie m.st. Warszawy
- zameldowane na pobyt czasowy na terenie m.st. Warszawy
- przebywające w domu dla matek z małoletnimi dziećmi i kobiet w ciąży lub innej placówce opiekuńczej na terenie m.st. Warszawy lub takiej, z którą m.st. Warszawa podpisało właściwą umowę

Zajęcia obejmują 10 modułów po 2 godziny lekcyjne:

- przygotowanie do porodu
- zasady prawidłowego odżywiania
  - karmienie piersią
  - kąpiele noworodka
- ćwiczenia przygotowujące do porodu
- wsparcie psychiczne
  - zapoznanie z oddziałem położniczym



**prowadzone są przez położne, fizjoterapeutów, dietetyka,  
instruktora pierwszej pomocy, psychologa**

**MIEJSCA REALIZACJI:** Przychodnia Rejonowo Specjalistyczna ul. Łojewska 6,  
Kompleks Basenów Rehabilitacyjnych „Muszelka” ul. Balkonowa 4

**DNI I GODZINY:** poniedziałek, wtorek, środa, czwartek 16.30 – 20.30,  
KBR „Muszelka – czwartek 18.00 – 19.30

### ZAPISY

w Poradni Ginekologiczno-Położniczej  
przy ul. Łojewskiej 6 lub telefonicznie



**tel. 22 811 42 91 wew. 105  
503 72 70 82**

### UDZIAŁ W ZAJĘCIACH

**JEST NIEODPŁATNY**

finansowany ze środków  
**Miasta st. Warszawy**