

Просим Вас обратить внимание, что в 2021г., в связи с продолжающейся неблагоприятной ситуацией по коронавирусной инфекции ГЦМП организованы занятия оф-лайн для беременных женщин.

Занятие «Лечебная физкультура до и после родов» проводит Курицина Надежда Александровна, врач ЛФК, СПб ГБУЗ «Родильный дом №10».

Ссылка на первое занятие.

<https://www.youtube.com/watch?v=XnduCt8LT9k&list=PLO2-hQiMHj9MHGIXC7Z0D5wEd-t7zxzEP>

Также можно посмотреть предыдущие занятия, организованные в 2020г.

ЗАНЯТИЯ В ШКОЛЕ 1-й цикл (апрель)

1 занятие Развитие плода по месяцам беременности

<https://www.youtube.com/watch?v=bmL7hbPNyDs>

2 занятие Особенности эмоционального состояния беременной

<https://www.youtube.com/watch?v=EsHMfJUc9bc>

3 занятие Влияние алкоголя, курения, наркотических веществ на здоровье плода; <https://www.youtube.com/watch?v=4kKp9yZWT1I>

4 занятие Периоды родов. Партнерские роды

https://www.youtube.com/watch?v=yTk0uW3c1N0&feature=emb_err_watch_on_yt

5 занятие Анатомо-физиологические особенности новорожденного

<https://www.youtube.com/watch?v=dPTNJkWUXC4>

6 занятие Рациональное использование витаминов во время беременности и лактации.

https://www.youtube.com/watch?v=POkmmmIwU0k&feature=emb_err_watch_on_yt

7 занятие Особенности эмоционального состояния беременной
https://www.youtube.com/watch?v=ie2F6dHyw7I&feature=emb_err_watch_on_yt

8 занятие Порядок оформления документов и пособий при рождении
<https://www.youtube.com/watch?v=FaMvTGEX2qI>

ЗАНЯТИЯ В ШКОЛЕ МАТЕРИНСТВА 2-й цикл (май)

1 занятие. Роды без страха и боли
https://www.youtube.com/watch?v=eURchldnekk&feature=emb_err_woyt

2 занятие. Анатомо-физиологические особенности, транзиторные состояния новорожденного;
https://www.youtube.com/watch?v=3BsSrM8nxW0&feature=emb_rel_err

3 занятие. Мама! Папа! Новые роли
https://www.youtube.com/watch?v=FuwTXpdVrhc&feature=emb_rel_err

4 занятие Мои права, гарантии государства
<https://www.youtube.com/watch?v=m2JPFONxao8>

5 занятие. Что надо знать беременной женщине
<https://www.youtube.com/watch?v=0hiGCCIXywo&t=155s>

6 занятие. Особенности эмоционального состояния беременной
<https://www.youtube.com/watch?v=s2U7Kp6eL90>

7 занятие. Рациональное питание беременной женщины и кормящей мамы; <https://www.youtube.com/watch?v=u6pTNzEm3bs>