

### **PREDAVANJE ZA STARŠE V ZGODNJI NOSEČNOSTI**

V Zdravstvenem domu Škofja Loka organiziramo predavanja za zgodnjo nosečnosti, ki obsega eno srečanje.

Na srečanju vas bomo seznanili s potekom nosečnosti, s preiskavami in pregledi v nosečnosti, z zdravim načinom življenja, s pravilno prehrano, osebno nego in rekreacijo v času nosečnosti ter z načini reševanja manjših težav, ki se lahko pojavijo tekom nosečnosti.

### **TEČAJ PRIPRAVA NA POROD IN STARŠEVSTVO**

Poteka tudi predporodni tečaj v pozni nosečnosti. Le- ta obsega 6 srečanj po približno 1 uro. Na tečaju boste pridobili informacije o predporodnem obdobju, telesnih spremembah, poteku poroda, dojenju, negi novorojenčka, rokovanju z novorojenčkom in o poporodnem obdobju.

Vse informacije o poteku in vsebini posameznih srečanj boste pridobili na prvem srečanju.

Prijavite se lahko v dispanzerju za žene, kjer oddate izpolnjeno prijavnico ali preko maila. Glede na PDP boste na predavanja vabljeni pisno. Za dodatne informacije lahko kontaktirate vodjo tečaja: **Emo Oblak, mag. zdr.- soc.manag.** mail: [ema.oblak@zd-loka.si](mailto:ema.oblak@zd-loka.si)

---

### **PRIJAVNICA ZA TEČAJ V NOSEČNOSTI**

Ime in priimek \_\_\_\_\_

Rojena \_\_\_\_\_ Naslov bivanja \_\_\_\_\_

Termin poroda \_\_\_\_\_ Nosečnost (katera) \_\_\_\_\_

Telefonska št. \_\_\_\_\_ E-mail naslov: \_\_\_\_\_

Prijavljam se na tečaj v (prosimo označite):

- Zgodnji nosečnosti
- Pozni nosečnosti

Podpis: \_\_\_\_\_