



**Magiczny
Kraków**

„Jak oswoić poród?” - warsztaty dla przyszłych mam

2019-03-05

„Jak oswoić poród?” - to temat warsztatów, na które już 7 marca zaprasza Szpital Specjalistyczny im. Stefana Żeromskiego w Krakowie. To kolejne spotkanie z cyklu „Warsztaty z położną”, które poprowadzi Bogumiła Chmiel.

Przyszłe mamy dowiedzą się wszystkiego o ciąży i porodzie. Doświadczona położna z „Żeromskiego” przekona, że porodu nie warto się bać; nauczy, jak się zachowywać na każdym z jego etapów; zdradzi wszystko o znieczuleniu i łagodzeniu bólu, a także podpowie, jak nie tracić samokontroli.

Przed warsztatami zaplanowano masaż relaksacyjny. Monika Dziedzic, profesjonalna fizjoterapeutka, zaprezentuje kilka ciekawych technik mających zastosowanie u kobiet w ciąży. Po warsztatach na uczestniczki czeka dietetyczny poczęstunek.

Liczba miejsc jest ograniczona. Zapisy odbywają się pod nr tel. 12 622 92 47 lub mailowo: agorska@zeromski-szpital.pl. Początek spotkania o godz. 16.00 w sali konferencyjnej.