



## **Bądź przygotowana i skorzystaj ze szkoły rodzenia online**

2022-10-29

**Internetowa szkoła rodzenia? Czemu nie! To miejsce, które w sprawny i wygodny sposób umożliwia przygotowanie się do narodzin dziecka. Szkoła „Mamo to ja” powstała przy współpracy z ekspertami, jest bezpłatna i nie wymaga rejestracji.**

W internetowej szkole rodzenia o każdej porze dnia i nocy można otrzymać ekspercką wiedzę związaną z przygotowaniem do narodzin i pierwszych tygodni życia dziecka. Z dostępnych na [stronie](#) materiałów można się dowiedzieć m.in.: co powinno znaleźć się w wyprawce dla noworodka, na co zwracać uwagę podczas pielęgnacji niemowlaka, a także, jak zadbać o siebie i swoje ciało w ciąży i po porodzie. To również zbiór przydatnych narzędzi przygotowujących rodziców do nadejścia dziecka, quizy oraz bogaty zbiór treści wideo z ekspertami: ginekologami, psychologami, położnymi, pediatrami.

### **Kurs w pięciu krokach:**

- ciąża
- poród,
- połóg
- noworodek
- szczepienia.

**[Internetowa szkoła rodzenia „Mamo to Ja”](#)**