



## Edukacja żywieniowa kobiet w ciąży i po porodzie

2024-08-14

**Towarzystwo Wspierania Szpitala im. Gabriela Narutowicza w Krakowie organizuje bezpłatne spotkania dla kobiet w okresie ciąży i po porodzie. Zadanie współfinansowane ze środków miasta Krakowa pod nazwą „Edukacja żywieniowa kobiet w ciąży i po porodzie” obejmuje poznanie zasad zdrowego odżywiania w tym okresie.**

W ramach zadania zaplanowano indywidualne konsultacje, grupowe szkolenia oraz wykłady. Kobiety będą mogły uzyskać rzetelną wiedzę zarówno od dietetyka, położnej laktacyjnej, psychologa, jak i ginekologa oraz neonatologa.

Dietetyk przeprowadzi edukację na temat zasad zdrowego odżywiania się w ciąży i po porodzie. Położna opowie o korzyściach wynikających z karmienia piersią i pomoże w rozwiązaniu problemów karmiących mam. Psycholog zwróci uwagę na aspekty stanu emocjonalnego w ciąży i w okresie połogu. Ginekolog oraz neonatolog podzielą się wiedzą i informacjami na temat problemów u noworodka wynikających z błędów żywieniowych popełnianych przez kobiety w okresie ciąży oraz podkreślą dlaczego tak istotne znaczenie ma sposób odżywiania się kobiet na ich stan zdrowia oraz samopoczucie psychiczne.

Indywidualne spotkania z dietetykiem odbędą się 31 sierpnia w godz. 10.00-18.00, natomiast prelekcje z udziałem dietetyka, psychologa, położnej, lekarza ginekologa i neonatologa 7 września w godz. 9.00-19.00.

Rejestracja pod nr tel: 517 401 104.

Dodatkowe informacje dostępne są na stronie internetowej [zywienie.narutowicz.pl](http://zywienie.narutowicz.pl).