

מדריכות הכנה ללידה ופ"ג מותאמת להריון ולאחר לידה – תוכנית קורס			
מפגש ותאריך	שעה	נושא	מרצה
1	08:30-09:30	שיחת הכרות ופתיחה	רונית ומירלה
19.1.2020	09:30-15:00	פיזיולוגיה של ההריון, שלבי לידה, התערבות בלידה, הרדמה, לידות מרובות עוברים, פגים, לידה קיסרית, משכב לידה.	דר' דנה שדה
	15:30-16:30	סדנה מעשית: תרגול עם כדורים.	מירלה
2	08:30-14:00	לידה פיזיולוגית, היולדת: ממיון לחדר לידה ואחרי, התערבויות טיפוסיות, לידות מורכבות, עבודה של מיילדת, המערכת בחדר לידה, תקשורת בחדר לידה, מוניטור, משככי כאבים	לורן ענבר
26.1.2020	14:30-16:30	הכנה ללידה – מעשי	רונית ומירלה
3	08:30-09:00	הסבר על עבודת סיום.	רונית ומירלה
2.2.2020	09:00-14:00	הורמוני לידה. אם ותינוק – אפס הפרדה	רונית קופליס
יום השלמה למדריכות הכנה ללידה	14:30-16:30	סדנה מעשית: מגע בלידה, דמיון מודרך	רונית קופליס
4	08:30-10:00	פיזיולוגיה של המאמץ, פ"ג מותאמת להריון ולאחר לידה.	מירלה בבצ'יק
9.2.2020	10:15-12:15	פעילות אירובית בהריון	סיון מור
	13:00-14:30	פיזיולוגיה ופ"ג המשך.	מירלה בבצ'יק
	15:00-16:30	עזרים לקורס, קשירות לאגן בהריון ולאחר לידה	רונית ומירלה
5	08:30-12:00	רצפת אגן בהריון ולאחר לידה, בעיות שלד שריר אופייניות.	רונית בן אליהו
16.2.2020	13:00-16:30	יוגה להריון ולידה.	דנה דברת

ציפי מונט רונית ומירלה	הלידה כטקס מעבר בחברות מסורתיות ובעולם המודרני. סדנת ריבזו, עזרים לקורס, קשירות אגן <b>השלמה למדריכות הכנה ללידה</b>	08:30-11:30 12:30-16:30	6 23.2.2020
מיכל אוסרי בן אור ליבת מגרם	הנחיית קבוצות, מיומנויות הנחייה בקבוצות, בניית קורס הכנה ללידה. <b>השלמה למדריכות הכנה ללידה</b> היפנוברתינג	08:30-14:00 14:30-16:30	7 1.3.2020
רונית ומירלה מיטל עזר לי סלע	סיור בחדר לידה. תזונה מותאמת להריון ולאחר לידה. שרירי הבטן בהריון ולאחר לידה, דיאסטזיס רקטי – הרצאה ותרגול	08:30-14:30 14:30-15:30 15:30-16:30	8 15.3.2020
דר' גבי אייזנברג רחל שפירו רותי כבודי	שינויים רגשיים סביב הלידה. ספינינג בייבי. הדרכה להנקה <b>השלמה למדריכות הכנה ללידה</b>	08:30-10:30 11:00-13:30 14:00-16:30	9 22.3.19
אורטל כהן רונית בן אליהו	ריקוד בטן בתקופת ההריון הצגת עבודות סיום ארוחת סיום סיכום קורס משובים ותעודות	08:30-10:00 10:30-13:00 13:00-14:00 14:00-15:00 15:30-16:30	10 29.3.2020