



# Tečaj

## pripreme trudnica za porod i roditeljsku funkciju

Predavanja će se održati putem aplikacije **Skype**,  
s početkom u **17,30 h.**

Prijave i informacije:

099/251-8262

[tecaj.trudnice.krk@domzdravlja-pgz.hr](mailto:tecaj.trudnice.krk@domzdravlja-pgz.hr)

08.03.2021. Ponedjeljak	<b>ZDRAVA I USPJEŠNA TRUDNOĆA</b> (promjene u trudnoći, osobna higijena, priprema za rodilište)	VANDA CATTONARO, mag. med. techn.
	<b>PRAVNI PROPISI VEZANI UZ RODITELJSTVO</b> (prijavljivanje djeteta, prava roditelja)	
09.03.2021. Utorak	<b>PREHRANA TRUDNICE I DOJILJE</b> (raspored obroka, preporučene namirnice, energetski unos)	dr. sc. MIHELA DUJMOVIĆ, nutricionist
10.03.2021. Srijeda	<b>NJEGA NOVOROĐENČETA</b> (svakodnevna njega, kupanje, toaleta pupka)	IVANKA PERANIĆ, mag. med. techn.
11.03.2021. Četvrtak	<b>VJEŽBE ZA TRUDNICE</b> (vježbe disanja, vježbe relaksacije)	DOROTEA GRŽETIĆ, bacc. physioth.
15.03.2021. Ponedjeljak	<b>PRVI KORACI RODITELJSTVA</b> (razvoj roditeljske uloge, uloga majke, uloga oca, komunikacija u obitelji)	BRANKA STARC, prof. psiholog
16.03.2021. Utorak	<b>POROD I BABINJE</b> (fiziologija poroda i babinja)	IVANKA PERANIĆ, mag. med. techn.
17.03.2021. Srijeda	<b>NOVI ČLAN OBITELJI</b> (osobine novorođenčeta, prilagodba nakon poroda)	VANDA CATTONARO, mag. med. techn.
18.03.2021. Četvrtak	<b>DOJENJE – VJEŠTINA KOJA SE UČI</b> (prednosti dojenja, tehnika, izdajanje)	VANDA CATTONARO, mag. med. techn.