**Krnovská porodnice zve nastávající rodiče z Bruntálska na sérii přednášek**

Každou středu se mohou nastávající maminky i tatínkové z Bruntálska dozvědět mnoho zajímavého a užitečného o těhotenství a porodu. Od středy 8. listopadu začíná v Bruntále Škola rodičů, tedy kurz pro budoucí rodiče.

„*Krnovská porodnice si zakládá na individuální péči o těhotné a rodící ženy. Snažíme se proto vyhovět v co největší míře přání rodiček, zajistit jim co nejpříjemnější porod v klidném a rodinném prostředí. Dbáme na nejmodernější vybavení naší porodnice a často jsme prvními, kdo v porodnictví nastavuje nové trendy, jako tomu bylo například u porodu do vody nebo nabídky speciální bílkovinné stravy a v dalších případech. Samotným porodem však naše práce nezačíná, ale končí. V Krnově proto už mnoho let pořádáme pravidelné kurzy pro nastávající rodiče, kde jim odpovíme na všechny otázky a nejistoty týkající se těhotenství a porodu. V letošním roce jsme tuto nabídku rozšířili také o oblast Rýmařovska, kde pravidelná setkání připravuje naše oblíbená porodní asistentka Blanka Lunerová. Na Bruntálsku ale podobná nabídka kurzů chyběla, jsem proto moc rád, že se Olga Bartáková rozhodla této příležitosti využít a nabídnout kvalifikovaný kurz také všem budoucím rodičům žijícím v Bruntále a okolí*,“ uvedl primář gynekologicko-porodnického oddělení SZZ Krnov MUDr. Jozef Pitoňák, Ph.D., MBA.

**S sebou karimatku, pití a dobrou náladu**

Kurz se skládá ze čtyř na sebe navazujících lekcí, konat se bude ve Studiu jógy a relaxace. Součástí jsou nejen zajímavé přednášky, ale také cvičení. „*Povídat si budeme o těhotenství, správné výživě v těhotenství. Velkou část přednášek věnujeme porodu, vysvětlíme si jednotlivé typy porodů, různé způsoby porodních poloh, ale také možnosti uvolnění a zmírnění bolesti. Nezapomeneme ani na správnou relaxaci, proto jsem do kurzu zařadila také cvičení, a to jak relaxační, tak zaměřené na prevenci bolesti zad. Rodiče se samozřejmě také dozví potřebné informace o péči o miminko, včetně kojení a role laktační poradkyně*,“ shrnula v krátkosti náplň kurzu porodní asistentka Olga Bartáková z krnovské porodnice.

Kurz Škola rodičů se ve Studiu jógy a relaxace koná každou středu v čase 16:00–18:00. Cena kurzu   
(4 lekce) činí 800 Kč. Lekce na sebe navazují, doporučujeme proto absolvovat celý kurz. Více informací zájemci naleznou na Fb porodnice Krnov, webu SZZ Krnov, nebo u porodní asistentky Olgy Bartákové na telefonu 736 201 040 či e-mailu [bartakova.olga@szzkrnov.cz](mailto:bartakova.olga@szzkrnov.cz).

BcA. Květa Urbánková, DiS.

tisková mluvčí SZZ Krnov

703 450 287