



Kriston Andrea, Hoppál Bori, Soma, Novodomszky Éva és Rúzsa Magdi:
a **Születés Hete 2007 Arcai.**

Mi, kik megszülettünk: sokfélék vagyunk, a születésünk is változatos volt. Mezei csokrunk is ezt a sokszínűséget szimbolizálja. Mind az öten azért támogatják programjainkat, mert fontosnak tartják, hogy mindenki méltó módon szülhessen és születhessen. Ezt a célt szolgálják honlapjaink (www.tavam.hu, www.szuleteshete.hu) is, ahol részletesen tájékozódhatsz rólunk és tevékenységünkről. A dulaügyletről, szülésfelkészítő programokról, szoptatási tanácsadásról, várandós gyógytornáról további információt kaphatsz a www.grilla.hu oldalon is.

És a pillérek?

A **Hét** két pillére az **Egészség-vár Alapítvány** és a **Közösség a Születés Méltóságáért**. Az ő támogatásuk nélkül nem rendezhetnénk **Születés Hetét**. Kérünk, erősítsd Te is a két pillért! Ha személyi jövedelemadód első egy százalékát az alapítványnak, a másodikat a közösségnek ajánlod, a **Születés Hetét** támogatod. **Az Egészség-vár Alapítvány adószáma 18075962-1-42, a Közösség a Születés Méltóságáért technikai száma 1122.**

Ha úgy döntöttél, hogy személyi jövedelemadód 1+1%-át a háborítatlan szülés, szülés ügyének támogatására ajánlod, írd meg nekünk, hogy személyesen mond-hassunk köszönetet.

Közös e-mail címünk: arcok@szuleteshete.hu

Galériánk: www.mezeicsokor.hu

EXIT

IV. évfolyam nr. 003

MAGAZIN

SZÜLETÉS HETE KÜLÖNSZÁM

2007. május 6–13.

SZÜLETÉS HETE

2007. MÁJUS 6–13.

Országos tájékoztató, szakmai és kulturális rendezvénysorozat





Születés Hete, 2007 – az **EXIT** különszáma. **SZERKESZTŐSÉG** Főszerkesztő: Fodor György | Asszisztens: Trenka Kata | Titkárság: Nagy Melinda | A szerkesztőség címe: 1037 Bp., Montevideo u. 9. | Telefon: 437-3700 | Fax: 437-1588 | Levélcím: 1554 Bp., Pf. 56 | E-mail: exit@sanomabp.hu

KIADÓ Felelős kiadó: Steff József | **Magazindivízió-igazgató:** Pintye László | **Marketingigazgató:** Domokos Szilárd | **Gazdasági igazgató:** Dézsiné Kiss Hajnalka | **Üzletiszolgáltatás-igazgató:** Horváth B. Soma | **Műszaki igazgató:** Ujváry Beatrix | **Informatikai igazgató:** Füst Péter | **Lapigazgató:** Vékási Andrea | **Marketingmenedzser:** Marczinka Judit | **Marketingasszisztens:** Kisszékely Veronika | **Kiadó:** Sanoma Exit Kommunikációs Kft., 1037 Bp., Montevideo u. 9. **MÉDIÁKÉPVISELET** Sanoma Budapest Kiadó Zrt. Kereskedelmi Igazgatóság | 1037 Bp., Montevideo u. 9. | **Ügyvezető igazgató:** Kürti István | **Lapreferens:** Wilhelm Krisztina (tel.: 437-1612; e-mail: k.wilhelm@sanomabp.hu) **TERJESZTÉS** Boomerang Reklám Kft. | E-mail: exit@boomerangmedia.hu | Tel.: 889-3600 | **Felelős vezető:** Váradi Zoltán A Sanoma Exit Kommunikációs Kft. a print-audit tagja. ISSN: 1786-2108 **NYOMDAI MUNKÁK** Nyomtatás: Révai Nyomda Kft. | 1037 Bp., Kunigunda útja 68. | **Felelős vezető:** Lázár László | Lapunkat rendszeresen szemlézi Magyarország legnagyobb médiafigyelője, az »**OBSERVER**«

A KÜLÖNSZÁM a TAVAM (Társaság a Várandósság és Anyaság Megszenteléséért) szerkesztésében és megbízásából készült (www.tavam.hu) | Layout és nyomdai előkészítés: UNICUS

Tartalom

Rendezvények Budapesten:

Nyitónap	4
II. kerület	6
III. kerület	8
V. kerület	8
VI. kerület	10
VII. kerület	10
IX. kerület	13
X. kerület	14
XI. kerület	14
XIV. kerület	14
XVII. kerület	15
XVIII. kerület	16
XIX. kerület	17
XXI. kerület	18
XXII. kerület	19

Rendezvények vidéken:

Agárd, Gárdonyi, Székesfehérvár	20
Áporka	21
Baja	21
Békés megye	21
Budakeszi	23
Debrecen	23
Dombrád	24
Eger	25

Gödöllő és környéke	26
Gyal	27
Gyömrő	27
Hidasnémeti	30
Iregszemce	30
Isaszeg	30
Kecskemét	31
Kiskunlacháza	33
Kunszentmiklós	35
Miskolc	35
Nagykanizsa	37
Nagyszékely	38
Paks	38
Pécs	38
Piliscsaba	42
Simontornya	43
Szada	43
Szeged	44
Szekszárd	46
Szolnok	47
Tamási	48
Tapolca	48
Tata	49
Vác	49
Veresegyház	49
Veszprém	50
Veszprém környéke	51
Nyitott Kórház Program	54

Haas György,
a TAVAM társelnöke

Beköszöntő

Ötévesek lettünk. Öröm leírni ezt a számot, hiszen azt mutatja, hogy az első pillantásra sokak számára meglepő ötlet, hogy minden évben szánjunk egy hetet a szülés-születés csodája ünneplésére, gazdagságának feltárására, jelentőségének megértetésére, jobbításának segítésére, kedvező fogadtatásra talált a laikusok és a szakemberek között, sőt talán közelebb is hozta egymáshoz ezt a két minőséget. Mert a **Hét** legfontosabb üzenete, vagy egyik legfontosabb üzenete, hogy saját sorsunkért felelősek, saját ügyeinkben kompetensek vagyunk és a szakértők, tanácsadók e döntési folyamatok során nem helyettünk hozzák a rólunk való döntéseket. A **Születés Hete** kezdeményezésének kedvező fogadtatása nem csak a folyamatos növekedésben igazolódik – **idén 57 településen** illetve budapesti kerületben **közel 600 előadó** közreműködésével **több, mint 1000 programot** szervezünk –, hanem határainkon túli megjelenésében is. **Csehországban** már tavaly tavasszal követőkre talált a kezdeményezés, **Franciaországban** pedig, pontosan velünk egy időben május 7-étől 13-áig tart az ottani első **Születés Hete**.



A hazai rendezvénysorozatok és mozgalmak, támogató arcok sokszínűsége mezei csokorként jelenik meg a **Hétről** szóló híradásokban. **Hoppál Borinak** a női tudatosságot is ébresztő műhelyei, **Soma** hűsége és elkötelezettsége, lendülete és hitelessége, **Kriston Andrea** nőket segítő életműve és személyes példája, **Novodomszky Éva** hite, lendülete és elszántsága, **Rúzsza Magdi** fiatalossága, megküzdött sikerei, emblemikus alakja egyaránt azt segíti, hogy a **Hét** üzenete – lehet másként, ez rajtunk múlik, és képesek is vagyunk rá – minél több és minél többféle családhoz, várandóshoz eljusson.

A Születés Hetén Magdi **Helsinki-ben** képviseli az országot, a többiek pedig itthon a nemzetközivé váló mozgalmat. Ezek a jó ügyek kölcsönösen támogatják egymást ország- és világszerte. Kívánom minden olvasónknak, érezze jól magát programjainkon, kapjon indíttatást, hogy továbbgondolja, esetleg továbbvigye, amit a rendezvényeken megélt, és jónak tart.



Intézet
Sejt- és szövetbank

KÖLDÖKZSINÓRVÉR EREDETŰ
ŐSSEJT
TÁROLÁSA ÉS FAGYASZTÁSA MAGYARORSZÁGON



KRIO Sejt- és Szövetbank ZRT.
1155 Budapest, Ivánka Pál u. 21.
Tel./Fax: +36 1 416-7453 Tel: +36 1 414-0130
info@krio.hu www.krio.hu



**Anyatejtermelést serkentő
gyógynövényinktúra**

MORE MILK PLUS kapszula

Tel.: 06 20 / 588-9411 www.boldogmama.hu



Motherlove

Gyógynövényekből készülő
termékek várandós,
szoptatós kismamáknak

VI. kerület

ELTE Pszichológiai Intézet
1064 Budapest, Izabella u. 46.
Telefon: 461-2600

A programokat a Pszichológiai Alapítvány szervezi

május 7., hétfő

16:00–17:00

Dr. Düll Andrea. Szüléskörnyezetek. Az előadás témája a szülés lehetséges helyszíneivel kapcsolatos környezetpszichológiai kutatások bemutatása. **Előadás és beszélgetés**

május 8., kedd

14:00–15:00

Dr. C. Molnár Emma. A prae-natalis pszichológia eredményei. Az utóbbi évtizedek biológiai és ultrahangvizsgálatok fejlődésének eredményeképp egy új tudományág, a prae-natalis pszichológia született meg. **Előadás**

május 9., szerda

13:00–14:30

Horváth Éva. Ritmus – mozgás – harmónia szüléskor és születés után. Érezni, tapasztalni, átélni mindazt, ami a mozgásfejlődésünk és mozgásunk fejlesztése közben történik velünk... **Beszélgetés**

16:00–19:00

Kiss Tibor Cece. Kreatív mozgás- és táncterápiák. Tartani és tartva lenni, ringatni és ringatva lenni. Kreatív mozgás- és táncterápiák. Műhelyünkön lehetőség nyílik mindkét oldal meg-tapasztalására. **Mesejáték**

16:00–17:00

Némethné Gregor Judit. Szeretgető babamasszázs – a várandósság kezdetétől. A babamasszázs a szeretetteljes érintés legbensőségesebb formája, támogatja a szülői érzéseket, a szülő-gyermek közötti kötődést, a baba egészségét. **Bemutató**

17:00–18:00

Palejné Kurtz Zsuzsanna. Védőnői ellátás működése. Kötetlen beszélgetés során, az érdeklődőknek bemutatjuk a védőnői munka lényegét, feladatát és tevékenységi körét. **Beszélgetés-tanácsadás**

május 10., csütörtök

14:30–15:30

M. Andrek Andrea és Dr. Varga Katalin. Szülésbeszélgetések. A résztvevőknek alkalmuk lesz körüljárni ezt a már, és talán még távolinak tűnő, mégis mindenkit érintő és foglalkoztató életeseményt. **Beszélgetés**

16:00–17:00

Szödy Judit. A szoptatás helye a modern társadalmakban. A civilizáció ára az egyén boldogsága? Vajon hogy viseli a mai társadalom, ha a kisbabát igény szerint, korlátozás nélkül szoptatjuk? **Beszélgetés**

18:00–20:00

Varga Katalin. SZÜL és SZÜL és SZÜL... Különböző kultúrákban zajló szülések felvételéből tallózzunk. A filmmrészletek kapcsán észrevételeinkkel gazdagítjuk, ami a képen látható/ hallható felvétel beszélgetéssel

május 11., péntek

14:30–15:30

Pál Ferenc. Az első életévek sorsunkat meghatározó jelentősége. Az első életévek sorsunkat meghatározó jelentősége van. Mit tehetünk mi? Mi múlik rajtunk? Erről szól az előadás... **Előadás és beszélgetés**

16:00–17:00

Dr. Bárdos György. Hogyan éljük meg a fájdalmat? Az előadás a fájdalom testi-lelki hátteréről, a fájdalom ingereket közvetítő biológiai rendszerekről, valamint a fájdalom pszichológijáról szól. **Előadás és beszélgetés**

május 12., szombat

10:00–11:00

Nádasi Beáta. Tanulási zavarok felismerése és megelőzése. Születés előtti, alatti, utáni rizikófaktorok. Harmonikus mozgásfejlődés, beszédféjlődés, kóros állapotok. Tünetegyüttesek, megelőzés, redukáció. **Előadás és gyakorlatok**

10:00–13:00

Simon Péter. Születésünk története – pszichodramatikusan megközelítésben. A pszichodráma életünk fontos, meghatározó eseményeit a megjelenítés, az újraélés eszközeivel próbálja elhelyezni, értelmezni számunkra. **Pszichodráma**

14:00–15:00

Pálfi Tímea. A vajúdás alatti testhelyzetek, masszázis és légzéstechnikák. A várandósok elsajátíthatják, hogy milyen technikák segítségével tehetik könnyebbé a szülés lefolyását. **Bemutató-beszélgetés**

15:00–16:00

Pálfi Tímea. Kismamatorna a gyakorlatban. Minden 12. hetet betöltött kismama kipróbálhatja a várandósnőnél a szülés előtti gyakorlatokat. **Foglalkozás**

május 13., vasárnap

14:00–15:00

Babó Krisztina. Hordozókéndő-bemutató és -tanfolyam. Rövid ismertető a hordozókéndő előnyeiről. A leggyakoribb kötési módok bemutatása és közös gyakorlása. **Bemutató-tanácsadás**

Női Egészségműhely

1061 Budapest, Király u. 14. 1/5.

Telefon: 268-0680

május 9., szerda

17:00–18:15

Kriston Andrea. Gólyatréning a Kriston Intim Torna segítségével. A szülési

izmok, mint mimikai izmok. „Élvezeteljes” szülés. A NŐ regenerálása szülés után. A méhtartó szalagok védelme torna közben. Testreform. **Előadás**

18:15–19:30

Tar Ildikó. Az álmaink segítségével a várandósság lelki megéléséhez. Több mint 10 éve foglalkozom álmokkal. Előtte történetként foglalkoztam szimbólumokkal, de mint sokan, én sem vettem komolyan az éjszaka emlékeit... **Előadás**

19:30–20:30

Halmi László. EGYsége hangolva. A tibeti hangrezgés-terápiát 25 évvel ezelőtt klinikai kutatások alapján Peter Hess honosította meg Németországban. A hangtálak egyensúlyt teremtenek. **Előadás**

VII. kerület

Babafalva Szabadegyetem

1071 Budapest, Damjanich u. 38.

Telefon: 20/544-8087

május 10., csütörtök

10:00–12:00 Nagyerem

Kántor Zsóka mozgásterapeuta. Babafalva teaház. Ízelítő a klubfoglalkozásból. A csevegésen, szabad játékon túl monddókkal, és baba-mama tornával várjuk a kismamákat és a 0–2,5 éves gyerekeket. **Foglalkozás**

13:00–14:00 Nagyerem

Dr. Martini Jenő ügyvéd és szülész-nőgyógyász szakorvos. Ki és milyen mértékben viseli a terhességben, a szülés körül előforduló gyakori problémákról, a kórisémzés és megelőzés lehetőségeiről, a terhes és orvosa jogairól beszélgetünk. **Előadás**

14:00–15:00 Nagyerem

Boksai Rita dúla. Dúla a szülészobában. Ki a dúla? Miben segíthet, mit tehet és mit nem a szülés alatt? Mikor válasszunk dúlát? Hogyan és mi alapján válasszunk? Mi a szerepe az apás szülésnél? **Előadás és beszélgetés**

15:30–16:00 Nagyerem

Pekarik Katica. Zenebölcső. Énekes, zenés, játékos foglalkozások gyerekeknek és szülőknek. A játékos mondókák, dalok, gyermekjátékok fejlesztik a gyermekek zenei készségét. **Foglalkozás**

16:30–17:15 Nagyerem

Csiszér Éva. A Tudatos Életért Egyesület elnöke. Munkavállalás és gyermek – mikor? hogyan? Mi illik meg a várandós nőt a munkahelyén? Milyen módon távozzunk a munkahelyünkről a szülési szabadság kezdetekor? Hogyan térjünk vissza a munkába? **Előadás**

május 11., péntek

10:00–11:00 Nagyerem

Kovalik Éva. Szoptatás az első héten. Hogyan készüljünk a szoptatásra? Szoptatás a szülészobán és a kórházban. Hogyan készüljünk az első otthoni napokra? **Előadás és beszélgetés**

EÖTVÖS LORÁND TUDOMÁNYEGYETEM

Magyar Pre- és Perinatális Pszichológiai és Orvostudományi Társaság

Perinatális szaktanácsadó szakirányú továbbképzés indítását tervezi.

Sikeres akkreditáltatás esetén a képzés várhatóan 2007 szeptemberében indul.



A képzés célja a már diplomával rendelkező, a szülés körül tevékenykedő, valamint a felnövekvő generáció oktatásában és nevelésében részt vevő szakemberek számára igényes, magas szintű, tudományosan megalapozott perinatális képzést nyújtani.

A belépő diploma szintjét nem emeli, a továbbképzést sikeresen elvégzők oklevelet kapnak, amelyben (az eddigi diplomájuk megnevezése mellett) szerepel: **„Perinatális szaktanácsadó”**

A képzését az ELTE PPK, Affektív Pszichológiai Intézeti Központ és a Magyar Pre- és Perinatális Pszichológiai és Orvostudományi Társaság gondozza.

A képzési idő 4 félév, 86 kredit (658 kontaktóra). A 3. félév megkezdésének feltétele: a perinatális tudomány szigorlat sikeres letétele. A záróvizsgára bocsátás feltétele a 4 félév valamennyi tanegységének sikeres teljesítése és a szakdolgozat beadása. A képzés kététhetente pénteken és szombaton zajlik.

A képzés ára félévenként 120 ezer Ft, a diákok „hallgatói jogviszonya” révén diákigazolvány, diákhitel jár. A képzés árának 30%-a levonható a személyi jövedelemadókból.

A képzésbe az alábbi feltételekkel léphetnek be a pályázók:

- Ba, vagy BSc vagy MA végzettség (illetve a 2006 előtti felsőoktatási képzési rendszerben szerzett, ezeknek megfelelő szakképzettség) a pedagógia, pszichológia; szociális; pedagógusképzés; gyógypedagógia, egészségügy, sporttudomány; élő természettudomány képzési ágakban.
- Felvételi elbeszélgetés, mely a jelentkező érdeklődési körét, elkötelezettségét, szemléleti irányultságát, eddigi gyakorlati tapasztalatait, illetve perinatális tevékenységének jövőbeni lehetőségeit felmérő beszélgetés.
- Legalább alapfokú C típusú nyelvvizsga (angol, német, francia, spanyol, olasz)
- Szakmai gyakorlati tapasztalat és/vagy hospitálási lehetőség perinatális munka területén.

A perinatális tudomány holisztikus, rendszerszemléletű megközelítése egyetlen egységes – ún. transzgene-

rációs – folyamatként kezeli a szülés-születés időszakát a fogantatástól a következő nemzedék megszületéséig, melyben a vonatkozó szakmák interdiszciplináris együttműködése kívánatos. A képzés egységes keretben foglalkozik az egészséges (normális) élettani folyamatokkal illetve ezek kóros formáival, elakadásiival, kudarcáival. Ezzel is hangsúlyozza, hogy mindezek mögött egyetlen, egységes, természetes alapokon nyugvó folyamat rejlik. Ezzel egyúttal lehetőséget ad a szakembereknek, hogy a hagyományos képzésük rendszerint, komplikációkra és patológiákra formákra „kielesített” szemléletüket, az egészséges, természetes perinatális események megismerésével gazdagítsák.

Kurzuskinálat:

- **Elméleti alapozó kurzusok: (24 kredit)**
- Magzati fejlődés élettana és lélektana (3)
- Várandósság és szülés élettana, lélektana (3)
- Az életciklus és a fejlődés krízisei (3)
- A várandósság és magzati fejlődés elakadásai, problémái (3)
- Gyász: változás, veszteség, elengedés (3)
- Gyermekágy, korai anya-gyermek kapcsolat és az első év (3)
- Apaság (3)
- Az első 3 életév kompetenciái (3)

- **Interdiszciplináris társtudományi kurzusok: (14 kredit)**
- Művészet, ritmus és szimbolikus rendszerek a szülés körül (3)
- Szociológiai alapismeretek: a gyermekvállalás egészség- és családpszichológiai megközelítése (3)
- Fájdalom a perinatális időszakban, Születésemény, transzgenerációs pályák (3)
- Szexualitás, termékenység, fogamzás interdiszciplináris megközelítésben (3)
- Speciális kollégium: a perinatális tudomány aktuális kérdései (2)

- **Tudomány módszertani kurzusok: (6 kredit)**
- Kutatásmódszertan, statisztika, a perinatális tevékenység etikai és jogi vonatkozásai (3)
- Szakirodalom-feldolgozó szeminárium (3)

- **Szakmai gyakorlati kurzusok: (18 kredit)**
- Kommunikációs alapfogalmak: alapgyakorlatok (2)
- Kommunikációs gyakorlatok: a segítő beszélgetés alapjai (2)
- Perinatális terápiás módszerek I.-II. (3)+(3)
- Önismereti csoport I-IV. (2)+(2)+(2)+(2)

További információ és előzetes jelentkezés:

Varga Katalin, ELTE PPK, Affektív Pszichológiai Intézeti Központ, vkata@vnet.hu
Előzetes jelentkezésében kérjük, adja meg: nevét, foglalkozását, e-mailjét, postacímét, telefonszámát.
<http://tars1.elte.hu/kutatas/apik/varga.html> valamint www.mpppot.zug.hu

korán vezetett belső utazáson, mozgáson, hangadáson keresztül megismerkedhetünk a női szervek anatómiájával. **Műhely**
■ 17:00–18:00 Kamaraterem
Dr. Szederkényi Katalin. Homeopátia. Homeopátia alkalmazása a várandósság és a szülés ideje alatt. Az újszülöttkorban felmerülő problémák kezelése. Homeopátiás házipatika szülés után. **Előadás**

május 9., szerda
■ 10:00–11:00 Nagyterem
Bolyosné Pethő Ildikó. Vár a zenévr. A kisgyermek számára a zenével egyévi válás az anya által sokat énekel vagy játszottál, amelyet magáévá tehet. **Interaktív előadás**
■ 11:00–11:30 Nagyterem
Stefánkovich Éva. A hordozás mit jelent a csecsemő számára? A hordozókendő bemutatása, alkalmazása. Az anya közelsége, a ringatás hatása a baba érzékszerveire, idegrendszerére. A biztonság megteremtése. **Előadás és gyakorlatok**

■ 16:00–17:00 Kamaraterem
Kárpáti Veronika. Kismamajóga. A Kismamajóga lényege a fizikai állapot javítása, illetve a fittség megőrzése mellett módszereket ad a szülésre való felkészülésre is. **Foglalkozás**

május 10., csütörtök
■ 10:00–11:00 Nagyterem
Katona Csabáné. Amit az anyatejes táplálásról tudni érdemes. Amit az anyatejes táplálásról tudni érdemes: Mit tehetünk már a várandósság ideje alatt • Az első órák meghatározó szerepe • Előítételek **Előadás filmvetítéssel**
■ 11:15–12:15 Nagyterem
Kainé Gergely Ágnes. Életmód a várandósság alatt. A várandósság alatti életmódbeli tanácsok: munka, család, mozgás-sport, ételtel, egészséges táplálkozás. **Előadás és beszélgetés**
■ 12:30–13:00 Nagyterem
Tarpatakiné Főris Henriett. Mindennapi bűrpótlás kismamáknak. Tanácsok kismamáknak a mindennapi bűrpótláshoz... Hogyan maradjon egészséges és rugalmas a bőrünk? Hogyan sminkelhetünk a várandósság ideje alatt? **Előadás**

■ 16:30–17:30 Kamaraterem
Kovács Monika. Kismamatorna. Rendszeres gyakorlással hozzásegíthetjük magunkat, hogy a gyermekvárás igazán szép és izgalmas időszakként élhessük meg. **Foglalkozás**
■ 18:00–20:00 Kamaraterem
Herr Katalin. Intimtorna. Az intimtorna célja többek között az izmok szülésre történő felkészítése, a szülés utáni izomregeneráció elősegítése, az akaratlan vizeletvesztés megszüntetése. **Interaktív előadás**

május 11., péntek
■ 10:00–11:00 Nagyterem
Vidné Válóczy Éva. Gyermekünk mozgásfejlesztése. Gyermekünk mozgásfejlesztése. Szülőként mikor segítjük és mikor fékezzük ezt a folyamatot? Mikor forduljunk szakemberhez? **Előadás és beszélgetés**
■ 11:30–12:30 Nagyterem
Karmacs Krisztina. Aquafitness. Az aquafitness vízben végrehajtott gimnasztikai gyakorlatokra épülő testmozgás, azaz vízben végrehajtott torna. **Előadás filmvetítéssel**

május 12., szombat
■ 15:00–16:30 Nagyterem
Héber Judit. Gyakorlati útmutató a szülőszobán – kispapáknak. Mit fontos lelendő apának nincs elképzelése arról, és tud segíteni párjának a vajúdásokról, illetve a szülőszobán. Beszélgetünk róla, jöjjenek az ötletek! **Előadás és beszélgetés**
■ 16:30–17:30 Nagyterem
Prém Jánosné. Anya születik. A baba születésével anyja is születik. Hogyan történik mindez? Milyen korai élmények, lelki történések zajlanak? Hogyan lesz az Énből, Te és Mi? **Előadás**
■ 18:00–19:00 Kamaraterem
Hortobágyi Miklós. Apák Klubja – apává válás. Az apává válásról, szülésről, speciális felkészítő tréningről tart előadással egybekötött beszélgetést Hortobágyi Miklós, pszichológus és apa. **Beszélgetés**

Rákosligeti Magyarak Nagyasszonya plébániatemplom
1172 Budapest, Hősiák tere 1.
Telefon: 253-5270

május 9., szerda
■ 17:30
A hangversenyen orgonán közreműködik: **Bolyosné Pethő Ildikó**, énekel: **Morvai Katalin.** Orgonakoncert.

XVIII. kerület

Pestszentimrei Községi Ház
1188 Budapest, Vasút ú. 48.
Telefon: 291-9202

május 10., csütörtök
■ 18:00–20:00 Nagyterem
Spitzer Gyöngyi Soma. Spirituális ébredés jelentősége hétköznapi életünkben, nőiségünkben. Bizonyos szempontból háromfajta ember van. Az alvó, az ébredező és a felébredt. A spirituális felébredés ideje pedig most kezdődött el. **Előadás**

május 11., péntek
Programok a nagyteremben
■ 15:00–15:30
Maksa Zoltán. Programmegnyitő Maksa Zoltánnal. Maksa Zoltán humorista

programmegnyitője a már gyakori édesapa szerepéből. Boglárka várandósság alatti és csecsemőkori „viselt dolgai”-ról. **Előadás**
■ 15:30–16:00

Dr. Batta Ildikó. Homeopátia a várandósságban. A várandósság időszaka testi változásokkal jár minden nőnél. Az ezt kísérő tünetek, panaszok homeopátiával jól kezelhetők. **Előadás és beszélgetés**
■ 16:00–16:30
Bogdán Magdi. Intimtorna. A hasfalat alulról megtámasztó gátizomat, nagy terhelésnek van kitéve a várandósság és a szülés kapcsán. A női izmok edzését segíti az intimtorna. **Előadás és beszélgetés**
■ 16:30–16:45
Hastáncbemutató. Mahasti és a Holdfény Lányai táncsoport kismama-hastáncbemutatója. A ritmikus mozgás, tánc, zene a várandósság alatt örömet okoz mamának, babának. **Bemutató**
■ 16:45–17:00

Marsai Judit. A száj és a fogak higiéniája a várandósságban. A száj, a fogak, az íny érzékeny a várandósság alatti változásokra. A már meglévő, vagy kialakuló problémák akár a babára is veszélyesek lehetnek. **Előadás és beszélgetés**
■ 17:00–18:00

Szabó Andrea Krisztina. Várados meditáció – kapcsolatfelvétel a babával. Vezetett meditáció: a mama ráhangolódik babájára és érzi, látja, kommunikál vele... Olthon, egyedül is élvezhető gyakorlatokkal ismerkedhetnek meg. **Műhely**
május 11., péntek
Programok 15:00 és 18:00 között
■ Pihenő

Boda Tünde. Aromaterápia és tea-ház. Oldott hangulatú teaüz, ismerkedés az illóolajok jótékony hatásával. Természetes, a várandósság idején is bátran használható kozmetikumok bemutatása. **Bemutató-beszélgetés**
■ Előter
Borza Karolina. Természetes kozmetikumok bemutatása. Svájci Just-Nahrin termékek bemutatásával egybekötött vására. Természetes kozmetikumok, vitaminok és termékek az egészség megőrzéséért, kismamáknak is. **Bemutató és vásár**
■ Pihenő
Eöry Mercédesz. Dúlaügyelet. Gyakorló dúla várja érdeklődő anyukák kérdéseit a dúlaságról és minden várandóssággal kapcsolatos kérdésekről. **Beszélgetés-tanácsadás**

■ Babaszoba
Mészáros Ágnes. Babamasszázs-bemutató. A baba gyógyító, ellazító masszírozásának, érintésének művészete. Bemutató: csecsemő-masszázs-oktató védőnő. **Bemutató-tanácsadás**
■ Pihenő
Kényeztető masszázs. Ellazító, pihentető, a várandósság alatt fellépő testi panaszokat enyhítő váll-, hát- és derékmasszázs. **Anyakényeztető**

■ Előter
Mellbeszélgetések. Fényképek, önvallo-mások a nőiség szimbólumáról, a mellről. Általa közelebb kerülhetünk saját testünk elfogadásához. A kiállítás készítője: Hoppál Bori. **Kiállítás**
■ Előter
Ovis rajzok. Anya és Én. Rajzok a testvérke születéséről, az anyaságról és a szeretetről. Kerületi ovisok alkotásai. **Kiállítás**
■ Babaszoba
Ringató kuckó. Fejlesztő játékokkal berendezett gyermekgyógyító játszóház, babaringató-dúdoló foglalkozással. Szoptató és pelenkázási lehetőség. **Gyermekfelügyelet**
■ Előter
Természetes alapanyagú élelmiszerek. Természetes alapanyagú élelmiszerek és termékek bemutatása és vására, kóstolóval egybekötve. Ezoterikus könyvek bemutatása. **Vásár**

XIX. kerület

Test-Lélek-Szellem Gyógyterem
1193 Budapest, Üllői út 266–268.
Telefon: 281-4372

május 7., hétfő
■ 14:00–14:30 Nagyterem
Luksics Ernő. Kismama-masszázs. A kismamáknak is szükségük lehet masszázsa, kényeztetésre. E lehetőségre tart előadást a masszó, aki szeretné kellemebbé tenni a várandósságot. **Előadás és beszélgetés**
■ 14:45–15:45 Nagyterem
Novotny Rozália. A baba fejlődése az anyaméhben. Hogyan fejlődik a baba az anyaméhben? Mikor fejlődnek ki különböző szervei, mikortól hall, lát, érzel? Védőnő előadása a méhen belüli életről. **Előadás**
■ 16:00–17:30 Nagyterem
Novotny Rozália és Fazekas Kinga. Zenebölcsi. A zenebölcsi 8 hónapos kortól 3 éves korig ajánlott a babáknak és mamáknak, zenéhez szoktatás tanácsadással egybekötve. **Interaktív előadás**

május 8., kedd
■ 11:00–12:30 Nagyterem
Kovácsné Tóth Irén. Baba-mamajóga. Baba-mamajóganak 6 hetes kortól ajánljuk az együttmozgás élményeként... és ajánljuk minél korábban elkezdni a vidámság reményében! **Előadás és gyakorlatok**
■ 15:30–17:00 Nagyterem
Kovácsné Tóth Irén. Kismamajóga. Váradosoknak kb. a 3. hónaptól a rendszeres mozgás keretén belül a jóga ajánljuk, a végén relaxációval. **Interaktív előadás**

május 9., szerda
■ 10:00–11:30 Nagyterem
Novotny Rozália és Fazekas Kinga. Zenebölcsi. A zenebölcsi 8 hónapos kortól 3 éves korig ajánlott a babáknak és mamáknak, ze-

néhez szoktatás tanácsadással egybekötve. **Interaktív előadás**
■ 13:30–14:00 Nagyterem
Szöllösi Renáta. Kineziológiai módszerek a várandósság segítésére. A kineziológia és egyéb alternatív gyógyítók a stresszmentes várandósság és szülés elősegítéséhez nyújthatnak segítséget... **Előadás és beszélgetés**
■ 14:15–15:00 Nagyterem

Kiss Ágnes. Kismamatorna gyógytornászal. A kismamákra is fontos a rendszeres mozgás. Gyógytornászunk segítséget nyújt a helyes gyakorlatok elsajátításában... **Interaktív előadás**
■ 14:15–14:45 Nagyterem/Narancs szoba/Zöld szoba
Kosztá Gyöngyi. Érintésterápia a magzati traumák oldására. A fogantatás stresszei, valamint a magzati élet traumái mély nyomot hagyhatnak lelkünkben, testünkben. Ezek oldásáról tartunk előadást. **Előadás**
■ 15:15–16:15 Nagyterem
Kiss Ágnes. Baba-mamatorna. Baba-mamatorna gyógytornász segítségével. Kb. 6 hetes kortól ajánluk a pozitív közös élmény és a testmozgás örömeit. **Interaktív előadás**

május 10., csütörtök
■ 09:30–10:30 Nagyterem
Kiss Ildikó. A fülakupuntura szerepe és jótékony hatásai. A fülakupuntura hogyan segíthet a várandósság és a gyermekágyi időszakban, valamint hogyan segíthet fizikai testünk, közérzetünk jobbá tételében? **Előadás**
■ 11:00–12:00 Nagyterem
Szabó Andrea Krisztina. Kapcsolatfelvétel a babával – meditáció. A várandósság nagy titkában enged betekintést a meditáció. Kapcsolatba kerülünk a babánkkal, ellazulást gyakorolhatunk a meditáció alatt. **Interaktív előadás**

május 11., péntek
■ 11:00–12:30 Nagyterem
Kovácsné Tóth Irén. Kismamajóga. Váradosoknak kb. a 3. hónaptól a rendszeres mozgás keretén belül a jóga ajánljuk, a végén relaxációval. **Interaktív előadás**
■ 13:00–13:45 Nagyterem
Dr. Greskó Mariann. Homeopátia a várandósság idején. Homeopátiával milyen segítséget kaphat az édesanya a várandósság, a gyermekágy, valamint a későbbiek során? **Előadás**
■ 14:00–14:45 Nagyterem
Lőrincz Isvánné Erika. Az auráról, aurafotózásról. Az auránk, energiamezőnk szinte percenként változik, de milyen lehet a várandósság ideje alatt és van-e aurája a magzatnak, és ha igen, látható-e? **Előadás**
■ 15:00–15:45 Nagyterem

Abay Gizella. Pilates kismamáknak. A Pilates-torna napjainkban igen divatos, de hogyan segíthet a várandósság idején, és mire kell ügyelni a mozgásformánál a kismamáknak? **Interaktív előadás**

■ 16:00–16:45 Nagyterem/Narancs szoba
Abay Gizella. Hajproblémák szülés előtt és után. Hajgyógyászunk előadása segítséget nyújthat a várandósság idején és a szülés utáni időszakban az egészséges életvitel és a hajápolás terén. **Előadás**
■ 17:00–17:45 Nagyterem/Narancs szoba
Abay Gizella. Hogyan nyerjem vissza a szülés előtti alakomat? Életmódtanácsadónk segítséget és hasznos életvezetési tanácsokat ad az édesanyáknak mozgással, táplálkozással és a lelki ápolásával kapcsolatban. **Előadás**
■ 18:00–18:30 Nagyterem/Narancs szoba
Bogdán Magdi. Az intimtorna fontossága. A Kriston Intim Torna még szülés előtt fontos minden nő számára az egészséges fizikai s lelki egyensúly érdekében, kismamáknak pedig elengedhetetlen! **Előadás**

május 11., péntek
Programok 15:00 és 18:00 között
■ Pihenő
Boda Tünde. Aromaterápia és tea-ház. Oldott hangulatú teaüz, ismerkedés az illóolajok jótékony hatásával. Természetes, a várandósság idején is bátran használható kozmetikumok bemutatása. **Bemutató-beszélgetés**
■ Előter
Borza Karolina. Természetes kozmetikumok bemutatása. Svájci Just-Nahrin termékek bemutatásával egybekötött vására. Természetes kozmetikumok, vitaminok és termékek az egészség megőrzéséért, kismamáknak is. **Bemutató és vásár**
■ Pihenő
Eöry Mercédesz. Dúlaügyelet. Gyakorló dúla várja érdeklődő anyukák kérdéseit a dúlaságról és minden várandóssággal kapcsolatos kérdésekről. **Beszélgetés-tanácsadás**

■ Babaszoba
Mészáros Ágnes. Babamasszázs-bemutató. A baba gyógyító, ellazító masszírozásának, érintésének művészete. Bemutató: csecsemő-masszázs-oktató védőnő. **Bemutató-tanácsadás**
■ Pihenő
Kényeztető masszázs. Ellazító, pihentető, a várandósság alatt fellépő testi panaszokat enyhítő váll-, hát- és derékmasszázs. **Anyakényeztető**
■ Előter
Mellbeszélgetések. Fényképek, önvallo-mások a nőiség szimbólumáról, a mellről. Általa közelebb kerülhetünk saját testünk elfogadásához. A kiállítás készítője: Hoppál Bori. **Kiállítás**
■ Előter
Ovis rajzok. Anya és Én. Rajzok a testvérke születéséről, az anyaságról és a szeretetről. Kerületi ovisok alkotásai. **Kiállítás**
■ Babaszoba
Ringató kuckó. Fejlesztő játékokkal berendezett gyermekgyógyító játszóház, babaringató-dúdoló foglalkozással. Szoptató és pelenkázási lehetőség. **Gyermekfelügyelet**





Előér
Természetes alapanyagú élelmiszerek. Természetes alapanyagú élelmiszerek és termékek bemutatója és vására, kóstolóval egybekötve. Ezoterikus könyvek bemutatója. **Vásár**

XXI. kerület

Fasang Árpád Zeneiskola
1211 Budapest, Posztógyár u. 2.
Telefon: 427-0368

május 7., hétfő
18:00–19:00
Fasang Árpád Zeneiskola művész-tanárai. Zene várandósoknak, magzatainknak és minden zenekedvelőknek. A Születés Hete megnyitóján Tóth Mihály polgármester mond köszöntőt. A zene hangjai erőteljesen hatnak a magzatra, kedvenceik mindenkihez szólnak. **Nyitókonzert**

Csepel Plaza
1211 Budapest, Rákóczi Ferenc út 154–170.
Telefon: 425-8004

május 7., hétfő – május 13., vasárnap
Egész nap
Nagy Imre Alapfokú Művészeti Iskola. A Művészeti Iskola tanulóinak munkáiból. A Születés Hete alkalmából a gyerekek a születés témáját dolgozzák fel pedagógusok segítségével, különböző, az érzelmeiket tükröző megközelítésben. **Kiállítás**

május 9., szerda
13:00–14:00 Plaza Fitness
Várandós torna a Csepel Plazában. A 12. hét után végzett rendszeres testmozgás segít hogy zavartalanabb legyen a várandósság, gyorsabb és könnyebb a szülés. **Foglalkozás**
14:00–15:00 Plaza Fitness
Baba-mamatarna a Csepel Plazában. A játékos gyakorlatok segítenek az anyai szervezet regenerálásában, megerősítik a baba és a mama közötti érzelmi kapcsolatot. **Foglalkozás**

Hétszínvirág Óvoda
1211 Budapest, Kiss János ut. 10.
Telefon: 427-0939

május 8., kedd
16:00–16:30 Nevelői szoba
Csöndör Bernadett. Érzelmi kötődés a csecsemő- és kisgyermekkorban. „Azért, mert szerettek, jöttem e világra, s lettem új fény, csillag, szülők boldogsága!” Hogyan erősíthető az érzelmi kötődés szülő és gyermekek között? **Előadás**
16:00–17:30 Óvoda udvar
Hétszínvirág Óvoda pedagógusai. Születés játszóház. Születésalagút és -háló. Születésmélmények spontán feldolgozása. Mozgás zenére, rajz, festés szabadon. A programba családok is bekapcsolódhatnak. **Játzóház**

16:00–16:30 Csoportszoba
Rigóné Pataki Éva. Csillagvárás. Játékosan, eszköz nélkül, a saját és szerzett tapasztalatok újjan próbáink újraélni a születést. Létkézfűzér 5–7 éves gyermekek részére. **Dramajáték**

Csepeli Védőnői Szolgálat
1212 Budapest, Aruház tér 6.
Telefon: 427-5191

május 8., kedd
14:30–16:00
Csepeli Védőnői Szolgálat. Felkészülés az újszülött fogadására. Teendők a kórházba menetel előtt, az újszülött hazavitele után. Ápolási, gondozási feladatok. Felkészülés a szoptatásra. **Filmvetítés beszélgetéssel**

Csepeli Rákóczi kert
1212 Budapest, Rákóczi tér 34.
Telefon: 427-0340

május 9., szerda
09:00–11:30 Kisterem
Jászné Kajmádi Móni. Zöldalma Mondókás Klub: Öbéli gyermekek játéka, dalai. Mama és gyermeke együtt ismerkednek meg a mondókák világával, mely a ritmus, zene és mozgás összhangjával a kicsik fejlesztésének hatásos módja. **Foglalkozás**

11:30–12:30 Nagyterem
Dr. Kovács Zoltán. Felkészülés a természetes szülésre. Az előadás, részben a természetes szülésre felkészítő módszereket hivatott bemutatni, másrészt a háborítatlan szülés körhízi körülményeit, lehetőségeit. **Előadás**

12:30–14:00 Nagyterem
Virágh Júlia. Természetgyógyászat várandósság, szülés és szoptatás idején. Milyen segítséget nyújt a Bach-féle virágráptúra, a gyógynövények és az illóolajok alkalmazása a várandósság, a szülés és a szoptatás idején? **Előadás**

14:00–15:00 Kisterem
A MODULE dűlái. Dűlaügyelet. A dűlaügyeleten lehetőség nyílik ismerkedni és beszélgetni dűlakkal, akik érzelmi és informatív támogatást nyújtanak a várandósoknak és párjuknak. **Beszélgetés**

május 10., csütörtök
9:00–10:30 Nagyterem
Lancsin Zsuzsanna – Werner Katalin. Az élet első órája – az aranyóra. „Megg születtem? Fáj. Félek. Anya, hol vagy?” Az ismerkedés legérzékenyebb ideje ez, az emlékek bevérsődnek. Tervezhetjük-e, hogyan fogadjuk az érkezőt? **Előadás**
10:30–12:00 Nagyterem
Werner Katalin. Szoptatásra felkészítő foglalkozás várandósoknak. Nem sokára megszületik a kicsinyed. Akkor majd a karodba emeled, magadhoz húzod és megszopta-

tod. Ilyen egyszerű is lehet, ha felkészülten várod Őt. **Interaktív előadás**
12:00–13:00 Kisterem
A MODULE dűlái. Dűlaügyelet. A dűlaügyeleten lehetőség nyílik ismerkedni és beszélgetni dűlakkal, akik érzelmi és informatív támogatást nyújtanak a várandósoknak és párjuknak. **Beszélgetés**
13:00–14:30 Nagyterem
A MODULE dűlái. Támogató jelenlét: a dűla szerepe. Miért választanak a várandós nők dűlát? A Dűlafilm készítői a leghitelesebb válasz érdekében magukat a várandósokat kérdezik erről. **Filmvetítés beszélgetéssel**
14:30–15:00 Nagyterem
Jávorszarvas és az epidurál. Az epidurális érzéstelenítés pozitív és negatív oldalai, a használatával elinduló orvosi beavatkozások lehetőségei, mellékhatásai tárgyilagosan. **Filmvetítés beszélgetéssel**
15:00–16:30 Nagyterem
Barbara Harper: Születnek így is, A tenger szűlőit. Mindkét film abban erősíti meg a nőket, hogy ők maguk befolyásolhatják saját szülésélményüket, választ adnak néhány szűléssel kapcsolatos kérdésre is. **Filmvetítés beszélgetéssel**

május 11., péntek
10:00–11:30 Kisterem
Miskolcziné Tolvaj Ildikó. Babamasszázs-tanfolyam. Szűlőnek és csecsemőjének lehetőségei nyílik a gyakorlatban kipróbálni a babamasszázsot. Szükség van babaolajra és vízhatlan alátétre a baba számára. **Foglalkozás**
11:30–13:00 Kisterem
Miskolcziné Tolvaj Ildikó. Szűléstörténetek – emlékezzünk, anyánk mit mesélt! Szültél már? Akkor gyere el, hogy elmondjuk és meghallgassuk egymás szülésélményeit, melyek anyai félek, ahány félek mi magunk! **Beszélgetés**

13:30–14:30 Kisterem
Babó Krisztina. Hordozókendő-bemutató és -tanfolyam. Rövid ismertető a hordozókendő előnyeiről. A leggyakoribb kötési módok bemutatása és közös gyakorlása. **Bemutató-tanácsadás**
14:30–15:30 Kisterem
Babó Krisztina. Környezetbarát pelenkázás. Fedezzük fel újra a textilpelenkázást! A különböző mosható pelenkátípusok bemutatása. A textilpelenkák előnyei és gyakorlati tudnivalók. **Bemutató-beszélgetés**

május 12., szombat
11:30–13:00 Nagyterem
Haas György a TAVAM társelnöke. TAVAM – jelentősége, céljai. A Társaság a Várandósság és Anyaság Megszenteléséért (TAVAM). Mit jelent e név? Mit tesznek céljaik eléréséért? Kit és hogyan támogatnak? **Beszélgetés**

május 11., péntek
17:30–19:30
Nórák – Történetek a szűlésszobából. A civilizáció szabályozza, hogyan szabad ma kihordani és világra hozni egy gyermeket. Ez a rend sokszor a biztonságnak csak az illúzióját kínálja... **Filmvetítés beszélgetéssel**



14:00–16:00 Kisterem
Miskolcziné Tolvaj Ildikó. Szűlésfelkészítő foglalkozás. Készüljünk együtt! Bemutató arról, hogyan tudjuk erősíteni női tudásunkat, önbizalmunkat, hogy felkészültek legyünk az előttünk álló szülésre. **Foglalkozás**
16:00–17:30 Kisterem
Hortobágyi Miklós. Apák Klubja – apává válás. Az apává válásról, szűlésről, speciális felkészítő tréningről tart előadással egybekötött beszélgetést Hortobágyi Miklós, pszichológus és apa. **Beszélgetés**

Nagy Imre ÁMK
1214 Budapest, Simon Bolívar sétány 4-8.
Telefon: 277-3860

május 11., péntek
17:30–19:30
Nórák – Történetek a szűlésszobából. A civilizáció szabályozza, hogyan szabad ma kihordani és világra hozni egy gyermeket. Ez a rend sokszor a biztonságnak csak az illúzióját kínálja... **Filmvetítés beszélgetéssel**

XXII. kerület

Egyesített Bölcsőde
1221 Budapest, Leányka u. 40/a.
Telefon: 20/547-4960

május 10., csütörtök
11:45–12:45 Előadóterem
Babó Krisztina. Hordozókendő-bemutató és -tanfolyam. Rövid ismertető a hordozókendő előnyeiről. A leggyakoribb kötési módok bemutatása és közös gyakorlása. **Bemutató-tanácsadás**
13:00–13:45 Előadóterem
Dr. Zarándi Ildikó. Várandósság, szülés és a szülés alatt felmerülő egészségügyi és lelki problémák homeopátiás gyógyszerekkel történő kezelése, megelőzési lehetőségek. **Interaktív előadás**
14:00–14:30 Előadóterem
Vargáné Nagy Anna. Testközpontú szűlésfelkészítés – AquaNatal. Szűlésre felkészítő vízi foglalkozás, amely segít kapcsolatba lépni a babával, erősíti a nőiséget, az önbizalmat. **Interaktív előadás**
14:45–15:45 Előadóterem
Vankó Beáta. Testközpontú szűlésfelkészítés – Az anyaság tánca. A táncmeditáció az egyik legősibb, az orientális táncból, az anyasági rítusokból ered. Célja, felkészíteni a nőket a gyermekszülés stresszére. **Előadás és gyakorlatok**
16:00–17:00 Előadóterem
Kramalicsné Kotroczó Anikó. Testközpontú szűlésfelkészítés – Kismama- és babajóga. Várandósság alatt alkalmazható jógyakorlatokról. Előadás és gyakorlatok

május 11., péntek
13:00–13:45 Előadóterem
Dr. Nagy Péter. Korai kötődés és a kötődés zavarai. Az előadás a korai kötődés jelentőségét és zavarait, illetve a kötődés korai sérülésének későbbi következményeit mutatja be. **Előadás**



14:00–15:00 Előadóterem
Bányai Emőke. Sérült gyermek és édesanyja kapcsolata. Sérült gyermek és édesanyja kapcsolatának javítása videotrénning segítségével. Egy eset bemutatása filmvetítéssel, s annak kommentálása. **Előadás filmvetítéssel**
15:15–16:15 Előadóterem
Geigerné Sipos Tímea. Dűlafilm. Támogató jelenlét. Tapasztalatok szerint a dűla támogatása jelentősen csökkenti az orvosi beavatkozások szükségességét. **Filmvetítés beszélgetéssel**
16:30–18:00 Előadóterem
Héber Judit. Gyakorlati útmutató a szűlésszobában – kispapáknak. Számos leendő apának nincs elképzelése arról, mit tud segíteni párjának a vajútdáskor, illetve a szűlésszobában. Beszélgetünk róla, jöjjenek az ötletek! **Előadás és beszélgetés**

május 12., szombat
09:30–10:30 Előadóterem
Haszrané Oszwald Ágnes. Kórházban háborítatlanul. Kórházi szülés a lehető legtermészetesebben, háborítatlanul, a saját tempóban, felesleges orvosi beavatkozásoktól, gyógyszerektől mentesen. **Filmvetítés beszélgetéssel**
10:45–12:15 Előadóterem
Schimcsig Nóra. Anya születik. Csoportos beszélgetés moderálása szűlésre készülés, háborítatlanság, szoptatás, pszichológiai vonatkozások, félelmek témákban. **Beszélgetés**
12:30–13:30 Előadóterem
Dzsamba Rozália. Otthon Segítünk Szolgálat. Budapest XXII. kerület Budaörs-Nagyfőtény Otthon Segítünk Szolgálatának bemutatása. Baráti segítségnyújtás a kisgyermekes szülőknek. **Előadás és beszélgetés**
13:45–14:30 Előadóterem
Nirschné Henn Edith. A lengő bölcső szerepe a korai fejlesztésben. A bölcsős babák fejlettebb mozgáskultúrával rendelkeznek, jobb az egyensúlyérzékük, térbeli tájékozódó képességük és ügyesebbek, nyugodtabbak. **Interaktív előadás**
14:45–16:15 Előadóterem
Herman Judit. A jól működő párkapcsolat. Beszélgetés a működő és diszfunkcionális párkapcsolatokról, a bántalmazásról és arról, hogy milyen eszközökkel javíthatunk magunkon és kapcsolatunkon. **Interaktív előadás**

Rózsavölgyi Közösségi Ház
1221 Budapest, Ady E. u. 25.
Telefon: 30/435-6267

május 11., péntek
14:45–15:45 Színházterem
Szabó Andrea Krisztina. Várandós meditáció – kapcsolatfelvétel a babával. Vezetett meditáció: a mama ráhangolódik babájára és érzi, látja, kommunikál vele... Otthon, egyedül is elvégezhető gyakorlatokkal ismerkedhetnek meg. **Műhely**
16:00–17:30 Színházterem
Molnár V. József. Csillagocská születik. Az otthoni szülés hajdanvolt szertartása. Molnár V. József az élet szentségének tiszteletét egyik alapfőtelem tartja. **Előadás**
17:45–19:15 Színházterem
Werner Katalin. Szoptatásra felkészítő foglalkozás várandósoknak. Nem sokára megszületik a kicsinyed. Akkor majd a karodba emeled, magadhoz húzod és megszoptatod. Ilyen egyszerű is lehet, ha felkészülten várod Őt. **Interaktív előadás**

május 12., szombat
10:45–12:45 Színházterem
Benda Judit. Mit egyen a baba és mit egyen a mama? A mama táplálkozása a terhesség előtt és alatt éppúgy befolyásolja a baba egészségét és későbbi fejlődését, mint a baba kezdeti táplálkozása. **Beszélgetés**
13:00–14:00 Színházterem
Vargáné Nagy Anna. A tenger szűlőit. A vízben születés csodája. A víz, amely alapvetően ősi, női elem segít vajútdáskor ellazulni, kinyitni. Átölel, körülvesz, védelmez. **Filmvetítés beszélgetéssel**
14:15–15:00 Színházterem
Czenyk Klára. Szülés és a női szerepek. Női, asszonyi mivoltunkat minden korban lehet különleges módon megélni. A várandósság, a szülés ma is segíti mindennek megtalálását és kiteljesedését. **Előadás**
15:15–16:45 Színházterem
Antoni Adrienn. Jó anya szeretnék lenni... A beszélgetés elsősorban várandós nőknél szól, akik talán gyakran fogalmaznak meg önmagukban a vágyat: Szeretnék jó anya lenni. **Beszélgetés**
17:00–18:30 Színházterem
Noll Andrea Nandu. Holisztikus babaság a gyakorlatban. Beszélgetés a szülés és a holisztikus babai modelljéről, a háborítatlan szűléstől és a Holidudvar Babaház gyakorlati tapasztalatairól. **Interaktív előadás**

A programváltoztatás jogát fenntartjuk!

Agárd, Gárdony, Székesfehérvár

Agárdi Termál- és Gyógyfürdő
2483 Agárd, Határ út
Telefon: 22/579-230

május 7., hétfő
15:30–16:30

Dr. Hagymásy László PhD, osztályvezető főorvos. Az apás szülés és a család-központú szüléset. Hogyan lehet egy szülés családi hangulati? Apás szülések a székesfehérvári Szent György Kórházban. **Előadás**
15:30–19:00

A család egészségének védelmében. Különféle termékekről tájékozódhatnak vendégeink: Aloe a mamáknak és babáknak, gyermek-könyv-sarok, bioélelmiszer, Herbalife-tanácsadás.

Bemutató
16:30–17:00

Gyermekrajz-kiállítás hivatalos megnyitója. Óvodás és kisiskolás gyermekeknek a gyermekrajz-pályázatra beérkezett rajzaiból válogattunk. A rajzok témája: szoptatás gyerekszemmel.

Gyermekrajz-kiállítás
17:00–19:00

Dr. Hagymásy László, Bozsa Anikó. Apák a szülésről. Az apa szerepe a gömbölyödő pocak időszakában és a szülés alatt. Mi is az a 4D-s ultrahang? **Kerekasztal-beszélgetés**
17:00–19:00

Szoptatás gyerekszemmel. Óvodás és kisiskolás gyermekek rajzaiból válogattunk, a téma: szoptatás gyerekszemmel. Megtekinthető 10–18 óra között. **Gyermekrajz-kiállítás**

május 8., kedd–május 13., vasárnap
Egész nap

Szoptatás gyerekszemmel. Óvodás és kisiskolás gyermekek rajzaiból válogattunk, a

téma: szoptatás gyerekszemmel. Megtekinthető 10–18 óra között. **Gyermekrajz-kiállítás**

Zsongó Bárka Játsszóház
2483 Gárdony, Bóné K. u. 10.
Telefon: 20/962-5030

május 9., szerda
10:00–12:00

Balázs Gabriella, Mereteiné Dóczy Erika. A zene hatása a gyermek fejlődésére, a közös játék szerepe. A beszélgetéshez meghívott vendégeink: Balázs Gabriella zenepedagógus, ALAP Pedagógiai Központ és Mereteiné Dóczy Erika mentálhigiénés asszisztens. **Előadás és beszélgetés**
17:30–19:00

Író-olvasó találkozó. Kérdezz-felelek, vendégünk Berg Judit meséíró, a Híztímesék, a Tündér biciklin és más gyermek-sikerkönyvek szerzője.

Beszélgetés

május 11., péntek
10:00–12:00

Dr. Heresznyei Gabriella gyermekorvos. Gyermekünk egészsége. Hogyan és miként óvhatjuk gyermekeink egészségét? A beszélgetésben kórházi, helyi és megyei védőnők is részt vesznek. Aloe termékek bemutatása. **Előadás és beszélgetés**
10:00–12:00

A család egészségének védelmében. Különféle termékekről tájékozódhatnak vendégeink: Aloe a mamáknak és babáknak, gyermek-könyv-sarok, bioélelmiszer, Herbalife-tanácsadás.

Bemutató
17:00–19:30

Stresszhelyzetek kezelése – a szeretetteljes nevelésről. Vendégeink: Móra János drámapedagógus és Faragó Melinda asztrológus-pszichológus. Vajon találunk-e a résztvevőkkel együtt közös kapcsolódási pontokat? **Beszélgetés**

május 12., szombat
16:00–19:00

Bárka napi mulatságok. Vigadalom felnőtteknek és gyerekeknek, móka, kacagás, jókedv. Meglepetésprogramok kicsiknek és nagyoknak (részletekről a honlapon tájékozódhatnak). **Mulatság**

Fejér Megyei Szent György Kórház
8000 Székesfehérvár, Seregélyesi u. 3.
Telefon: 20/962-5030

május 9., szerda
14:00–15:00

Nyitott Kórház – Nyitott Szüléset. Szülészoba-látogatás és kérdezz-felelek a Szent György Kórházban Bozsa Anikó szülésznő vezetésével. **Bemutató-beszélgetés**

Dr. Hagymásy László PhD, osztályvezető főorvos. Az apás szülés és a család-központú szüléset. Hogyan lehet egy szülés családi hangulati? Apás szülések a székesfehérvári Szent György Kórházban. **Előadás**
15:45–17:30

Dr. Hagymásy László, Bozsa Anikó. Apák a szülésről. Az apa szerepe a gömbölyödő pocak időszakában és a szülés alatt. Mi is az a 4D-s ultrahang? **Kerekasztal-beszélgetés**

Hiemer Kávéház
8000 Székesfehérvár, Városház tér
Telefon: 20/962-5030

május 7., hétfő
17:00–19:00

Román Károly írodalmar és **Kozáry Ferenc** színművész. A nő a magyar irodalomban. A XIX-XX. század magyar klasszikusok a nő teljességéről, szépségéről, varázsáról és az anyáról, a csodálatos anyaságról. **Beszélgetés**

Táncház

8000 Székesfehérvár, Malom u. 6.
Telefon: 22/501-700

május 7., hétfő–május 11., péntek
Egész nap Aula

Szoptatás gyerekszemmel. Óvodás és kisiskolás gyermekek rajzaiból válogattunk, a téma: szoptatás gyerekszemmel. Megtekinthető 10–18 óra között. **Gyermekrajz-kiállítás**

május 8., kedd

16:30–17:00 Aula
Gyermekrajz-kiállítás hivatalos megnyitója. Óvodás és kisiskolás gyermekeknek a gyermekrajz-pályázatra beérkezett rajzaiból válogattunk. A rajzok témája: szoptatás gyerekszemmel.

16:30–19:00 Aula

A család egészségének védelmében. Különféle termékekről tájékozódhatnak vendégeink: Aloe a mamáknak és babáknak, gyermek-könyv-sarok, bioélelmiszer, Herbalife-tanácsadás.

Bemutató
17:00–19:00 Zeneterem

A gyermek érzékszerveinek fejlődése (hallás és látás). Dr. Lampert Erika szemész, Dr. Rüll Miklós fül-orr-gégész, Dr. Simon Gábor gyermekgyógyász, a Fejér Megyei Szt. György Kórház orvosainak beszélgetése. **Előadás és beszélgetés**

május 10., csütörtök

16:30–19:30 Aula
A család egészségének védelmében. Különféle termékekről tájékozódhatnak vendégeink: Aloe a mamáknak és babáknak, gyermek-könyv-sarok, bioélelmiszer, Herbalife-tanácsadás.

Bemutató
17:00–19:00 Zeneterem

Ferge Zsuzsa és **Szilvassy Léna** szociológusok. Besszeg a mi időnkben – beszélgetés a jövő értékeiről. Transzgenerációs beszélgetés a jövő értékeiről. Az értékrendek kialakulása, hogyan lehet a gyerekeknek átadni értékrendünket, hogyan tudunk példát mutatni. **Beszélgetés**

Áporka

Közösségi Ház
2338 Áporka, Petőfi Sándor utca 68.
Telefon: 20/359-8081

május 8., kedd

10:00–10:30 Klubterem
Megnyitó. A Születés Hete áporkai programját Füzesi István polgármester és Dr. Takács György nyitja meg. Ezt követi az áporkai óvodások műsora. **Előadás**

10:30–11:30 Klubterem
Füzesiné Békés Emőke. A dúlák által nyújtott segítség lehetőségei. Az első kérdés, ami felülrik mindannyunkban: mi

szükség a dúlákra, ha ott van az orvos, a szülésznő, s ma már, ha a pár szeretné, az apa is... **Beszélgetés**
11:30–12:30 Klubterem
Forgó Gyöngy. Gyermekük után járó ellátások. Biztosításhoz kötött, anyai jogon járó ellátások, szülést megelőzően és a gyermek ellátásával kapcsolatos gyermekek, szülők ellátásai. **Előadás**

május 9., szerda

16:00–17:00 Klubterem
Christoph Gáborné mesterkozmetikus. Bőr-ápolás a babák és a mamák egészségének védelmében. Bőr-ápolási tanácsadás kismamáknak és anyukáknak: házi bőr-ápolás természetes anyagokkal, a napozás jótékony és ártalmatlan hatásai, káros kozmetikumok. **Előadás és beszélgetés**

május 10., csütörtök

15:00–16:00 Klubterem
Szecsei Anna Mária védőnő, biológia tanár. Babavárás – de hogyan? A kismamák öröme, de gyakran aggóvá várják gyermekük érkezését. A beszélgetés során az anyaságra való tudatos felkészülést segítjük. **Kötelten beszélgetés**
16:00–17:00 Klubterem

ifj. Czékus Jób zenetanár, zeneterapeuta, főiskolai tanársegéd. Teremtünk kapcsolatot! A külvilág és az édesanya hatásai a magzatra, kifejezetten a zeneterápia szempontjából. Az előadást követően közös válaszkérés. **Előadás, filmvetítés és közös válaszkérés**

május 11., péntek

14:00–15:00 Klubterem
Posztos Katalin pedagógiai szakpszichológus. Családi szocializáció. Szocializáció, anya-gyermek kapcsolat, testvérek és az apa szerepe a társadalmi alkalmazkodás kialakulásában. **Előadás és beszélgetés**
15:00–16:00 Klubterem

Mayering Viktorné. Nem „csak” játszunk! A játék nemcsak öröm, hanem fejlesztő eszköz is. A játék segítségével hogyan érthetjük el, hogy minél okosabb, ügyesebb legyen gyermekünk? **Kötelten beszélgetés és közös játék**
16:30–17:30 Pajta Színház

Program zárása. A Legszebb gyermekkori élményem vetélkedő eredményhirdetése. Ezt követi az áporkai általános iskolások műsora: Rófik és az ordások. **Előadás**

Kiskunlacháza–Áporka Általános Iskolai Társulás, Áporkai Tagozata
2338 Áporka, Petőfi Sándor utca 78.
Telefon: 20/359-8081

május 9., szerda

11:00–13:00
Christoph Gáborné mesterkozmetikus. Serdülőkori bőr-ápolás. Mindenki tehet a bőre szépségéért... A serdülőkori hormonális változások hatásai a bőrre. Bőrtípusok és kamaszkori ápolásuk. A napozás hatásai. **Előadás és beszélgetés**

május 10., csütörtök

9:00–10:00
Bechtold Mária. A serdülőkori változások. Kötelten beszélgetés 6. osztályosokkal a serdülőkor testi, lelki változásairól, a gondolkodás átalakulásáról, és a konfliktuskezelési megoldásokról. **Előadás és beszélgetés**

május 11., péntek

9:00–10:00
Szecsei Anna Mária védőnő, biológia tanár. Tudatos felkészülés a gyermekvállalásra. Beszélgetés a terheségre történő tudatos felkészülésről, a felelősségteljes társkapcsolatról és a születendő gyermek érkezésének megtervezéséről. **Előadás és beszélgetés**

Baja

Ifjúsági Ház
6500 Baja, Petőfi sziget
Telefon: 30/349-1461

május 8., kedd

10:00–12:00
Pásztor Andrea. Születés előtt és után – védőnői szemmel. Babavárás a családban, várandósgondozás a védőnővel, szülői szerepre felkészülés, a család felkészítése a baba fogadására, újszülött gondozás. **Előadás és beszélgetés**

Jógerem
6500 Baja, Budai Nagy Antal utca 7.
Telefon: 70/335-6140

május 8., kedd

14:00–16:00
Széphegyi Zsoltné. A várandósság és születés hatása életünkre. A fogantatás, az anyaméhben eltöltött időszak, a születés és az azt követő néhány nap fontossága későbbi élet-szakaszainkban. **Előadás és beszélgetés**

Békés megye

Programok Békésben, Békéscsabán és Gyulán
Békés Városi Művelődési Központ
5630 Békés, Jantyik u. 23-25.
Telefon: 66/411-142

május 9., szerda

14:00–14:15 Kápolnaterem
Dr. Rácz László. Megnyitó. Köszöntő-beszédet mond dr. Rácz László, a békési Rendelőintézet igazgató főorvosa.
14:00–17:00 Előér

Gulyás Gáborné Kiss Bernadett. Hordozókendő- és moshatónadrágpelenka-bemutató. A hordozókendő a kötődő nevelést segíti elő, a mosható nadrágpelenka pedig nemcsak természet-, de bababaráti is. **Bemutató**

4D Ultrahang

Teljes körű terhes tanácsadás

Genetikai szűrőállomás (Down, Nyitott gerinc, HPV, Chlamydia stb.)

Meddő párok komplex kezelése (homológ inszemináció stb.)




Egy normális 4D ultrahangos felvétel

20/242-1035

Székesfehérvár, Sziget u. 4.
www.ddgroup.hu



■ 14:00–15:30 Türkiz terem
Vályi Edit. Nyílt kismamajóga foglalkozás. A test, a lélek és a szellem harmóniája az élet leghatalmasabb kihívása a várandósság alatt. Készülj fel hatékonyan a szülésre! **Bemutató**

■ 15:00–16:00 Türkiz terem/Lázár
Tóth Edit. A Bach-féle virágterápia. A Bach-féle virágescenciák az ember belső rendjét és harmóniját erősítik, utat mutatnak az egyensúly, nyugalom megőrzéséhez. **Beszélgés-tanácsadás**

■ 15:30–16:30 Jáspis
Dr. Ádám Borbála. Szoptatás az élet első hat hónapjában. Nemzetközi ajánlások szerint az élet első 6 hónapjában a kizárólagos szoptatás biztosítja a csecsemő fejlődését. A szoptatás előnyei. **Előadás**

■ 17:00–18:00 Jáspis
Dr. Szatmári Erzsébet. Korszerű csecsemőtáplálkozás a szoptatás után. A csecsemő fejlődésének alapfeltétele a szülői gondoskodás és a szeretet. A táplálkozás a gondoskodáson belül kulcsfontosságú. **Előadás**

május 12., szombat
■ 10:30–11:30 Türkiz terem
Dr. Lovas Flóra. Szülésre hangolódunk. Útikalauz a jósló fájásoktól a baba megszületéséig, útitársunk az apa. Feltehető az „utazással” kapcsolatos kérdéseit. **Előadás**

■ 10:30–18:30 Topáz külső
Lelesz Mária. Játsszoház. Amíg az anyukák az előadást hallgatják, gyermekük szakemberek felügyelete mellett játszhat, megismerkedhet különböző készségfejlesztő játékokkal. **Foglalkozás, gyermekfelügyelet**

■ 10:30–16:30 Földszint
Biovár – biobüfé. Biobüfé várja önöket, ahol elfogyaszthatnak egy egészséges gyümölcsleveket, szendvicset, s különböző bioételekkel ismerkedhetnek meg. **Vásár és kóstoló**

■ 11:00–16:00 Topáz
Császárné V. Erika. Aurafotózás. Születendő gyermekünk már világra jötté előtt lenyomatot hagy auránkban, amiből információk sokasága olvasható ki. **Aurafotózás, elemzés**

■ 11:45–12:15 Türkiz terem
Koncz Judit. Kriston-féle intimtorna. Szülés után a meggyengült gáztizomból adódóan kellemetlen tünetek alakulhatnak ki. Intimtornával ezek a problémák megelőzhetők, megszüntethetők. **Előadás**

■ 12:00–16:00 Amulett terem/L. oszta
Sági Mária. Mi legyen a baba neve? Számmitika és névadás összefüggései. A választott név rezgése egész életünkön keresztül végigkísér. **Beszélgés**

■ 12:15–13:00 Türkiz terem
Debreceni Búvárklub tagjai. Babaúszás. Mikor és hogyan lehet elkezdni? Hogyan hat a baba fizikai, lelki szellemi fejlődésére. A foglalkozások bemutatása. **Előadás és beszélgetés**

■ 12:15–13:45 Amulett terem
Koncz Judit. Mi legyen a kelengyében? Praktikus tanácsok a védőnőtől, hogy mire lesz szükségünk a kórházban, mit és miből mennyit vásároljunk a babának. **Beszélgés**

■ 13:00–14:00 Türkiz terem
Szilágyi Éva. Nem lehet elég korán kezdeni a gondoskodást. Az ember egész életét meghatározza az a tény, hogy milyen hatások érik a fogantatástól 7 éves koráig. Asztrológus javaslatai a hibák megelőzésére. **Előadás és beszélgetés**

■ 14:00–16:00 Amulett terem
Peleiné Imre Judit. Babamasszázs. A babamasszázs-technikák elsajátítása, a gyengéd érintés, a kötődés erősítése. **Beszélgés védőnővel. Bemutató-beszélgés**

■ 14:00–17:00 Amulett terem / II. oszta
Törzsök Klára. Miben segíthet a dűla a kismamáknak? A dűla fizikai, érzelmi és informatív segítséget nyújt a kismamának és párjának a szülés előtt, alatt, és után. **Beszélgés**

■ 14:15–15:00 Türkiz terem
Czirják Tünde, Ekl Judit – Boribo lakberendezés. Szoptatóspárna használata. A harmonikus gyerekzsoba kialakítása. A szoptatóspárna a nyugodt alvásban segít a várandósság idején. Szoptatáskor tehermentesíti az izmokat, így a baba és a mama kényelmét szolgálja. **Előadás és beszélgetés**

■ 15:15–16:30 Türkiz terem
Dr. Székely Péter. Így végződik a 9 hónap! – Mi történik a szülőszobában? A legjobban felkészült anya is meglepődik, amikor megindul a szülés. A „helyzet”, amiből nem lehet másképp kikerülni, csak úgy, hogy végigcsináljuk. **Interaktív előadás**

■ 16:45–18:00 Türkiz terem
Dr. Pethő Csilla. Anyaság: a női szerepek szűkítik vagy gazdagítják a női létet? Az anyaság gazdagítja a személyiséget és a női funkciókat, de nem azonos a női léttel, ahhoz több kell. **Előadás-meditáció**

■ Egész nap
Bemutatók, kerekasztal-beszélgések. A felsorolt előadásokon túl, különböző szolgáltatásokkal, bemutatókkal és kerekasztal-beszélgésekkel várjuk kedves vendégeinket.

A rendezvény ingyenes.
A rendezvény ideje alatt folyamatosan működik a Játsszoház és a Biobüfé.



Dombrád

A programokat szervezi a
Családsegítő és Gyermekjóléti Szolgálat és a Védőnői Szolgálat

Ady Endre Művelődési Ház és Könyvtár
4492 Dombrád, Kossuth út 63.
Telefon: 45/565-020

május 7., hétfő
■ 8:00–12:00 Nagyterem
Pásztor Sándorné. Egészségnap. A résztvevők, szakemberek közreműködésével juthatnak információhoz, szervezetenk működésével kapcsolatban. **Bemutató-tanácsadás**

■ Egész nap Nagyterem
Tamás Anikó. Kistestvérem születik. A kiállítás óvodás és kisiskolás gyermekek legszébb munkáiból válogat, amit szakemberek bevonásával értékelünk és jutalmazunk. **Kiállítás**

május 11., péntek
■ 10:00–12:00 Kisterem
Lancsin Zsuzsanna. Szülés-beszélgés. A szülés lehet könnyű, vagy nehéz, szép vagy szomorú, mindenképpen bennünk él. Emlékszünk. Többször is beszélünk róla, vagy még soha senkinek. **Várlak. Beszélgétekör**

Házasságkötő terem
4492 Dombrád, Kossuth út
Telefon: 45/565-020

május 9., szerda
■ 9:00–11:00
Dr. Biró Mariann. Szoptatásról – általában. Mit is jelent a szoptatás, kivételes lehetőség az anya-gyermek kapcsolat kialakítására, vagy csak egy túlmisztifikált teher? **Beszélgés**

Móra Ferenc Általános Iskola és Gimnázium
4492 Dombrád, Andrássy út 67.
Telefon: 45/465-494

május 11., péntek
■ 10:00–14:00
Noll Andrea Nandu. Holdhónapok – több, mint felvilágosítás. Fiataloknak ösztön a nemiség, a ciklikusság, a családtervezés, a szülés és a szexualitás azon rejtelméről, amelyekről a tankönyvek nem beszélnek... **Interaktív előadás**

Védőnői Szolgálat, Egészségház
4492 Dombrád, Szabadság tér 2.
Telefon: 45/565-020

május 8., kedd
■ 9:00–11:00
Pásztor Sándorné. Szülés a kórházban. A várandós kismamák tájékoztatása a közeli kórházak szülészeti és nőgyógyászati ellátásáról. **Bemutató-tanácsadás**

május 8., kedd
■ 9:00–11:00
Pásztor Sándorné. Szülés a kórházban. A várandós kismamák tájékoztatása a közeli kórházak szülészeti és nőgyógyászati ellátásáról. **Bemutató-tanácsadás**

Eger

Ébredés Holisztikus Központ
3300 Eger, Szálloda u. 5.
Telefon: 36/411-579

május 7., hétfő
■ 14:00–15:00
Születés Hete 2007 – Megnyitó Egerben. Az égi rendezvénysorozat fővédőnője: Sárossy Kinga, szakmai vezetői: Bóta Veronika és Bodáné Jakab Anna. A megnyitó beszédet tartja: Bóta Veronika. **Köszöntő**

■ 15:00–16:00
Anyaság a művészetben. Irodalom, zene és képzőművészet az anyaságról. Sárossy Kinga, az egrői Gárdonyi Géza Színház művészének rendezése. **Bemutató**

■ 16:30–18:00
Kiss J. Zsolt. Az apaság lélektana. Hogyan definiálható az apaság, mint archetipus. Az apaság szerepének megélése spirituális szempontból. **Előadás**

■ Egész nap
Gyerekjátsszó. Amíg a szülők az előadásokon vannak, addig tudunk a gyerekekre vigyázni, játszani velük. **Gyermekfelügyelet**

■ Egész nap
Születés-szülés filmek vetítése. Egész nap folyamatosan vetítjük a természetes, háborítatlan szülésről szóló filmeket, pl. A tenger szülőit, Kórházban – háborítatlanul... **Filmvetítés**

május 8., kedd
■ 10:00–11:00
Kopkáné Plachy Judit. Kismamatorna. A tornával a kismama fizikailag és lelkileg is felkészülhet a szülésre. Gyakoroljuk a helyes légzőtechnikát, erősítjük a szüléshez szükséges izmokat. **Foglalkozás**

■ 11:00–12:30
Lakatos Andrea. Ételünk az életünk. Főzés Lakatos Andréával. Reformtáplálkozási tanácsadás és főzés kismamáknak – és minden érdeklődőnek. **Bemutató-tanácsadás**

■ 16:00–18:00
Noll Andrea Nandu. Holdhónapok – több, mint felvilágosítás. Fiataloknak ösztön a nemiség, a ciklikusság, a családtervezés, a szülés és a szexualitás azon rejtelméről, amelyekről a tankönyvek nem beszélnek... **Interaktív előadás**

■ 18:00–19:00
Spitzer Gyöngyi Soma. Spirituális ébredés jelentősége hétköznapi életünkben, nőiségünkben. Bizonyos szempontból háromtagja ember van. Az alvó, az ébredező és a felébredt. A spirituális felébredés ideje pedig most kezdődött el. **Előadás**

■ Egész nap
Gyerekjátsszó. Amíg a szülők az előadásokon vannak, addig tudunk a gyerekekre vigyázni, játszani velük. **Gyermekfelügyelet**

■ Egész nap
Születés-szülés filmek vetítése. Egész nap folyamatosan vetítjük a természetes, háborítatlan szülésről szóló filmeket, pl. A tenger szülőit, Kórházban – háborítatlanul... **Filmvetítés**

■ Egész nap
Születés-szülés filmek vetítése. Egész nap folyamatosan vetítjük a természetes, háborítatlan szülésről szóló filmeket, pl. A tenger szülőit, Kórházban – háborítatlanul... **Filmvetítés**

május 9., szerda
■ 9:30–10:00
Rózsavölgyi Rita. Intimtorna. Hogyan segít a Kriston Intim Torna gyakorlása a várandósság és a szülés alatt? **Előadás és beszélgetés**

■ 10:00–11:00
Kopkáné Plachy Judit. Baba-mamatorna. A szülést követő 6. héttől megkezdhető a torna a babával együtt, mely remek időöltés babának és mamának egyaránt. **Foglalkozás**

■ 11:00–12:30
Lakatos Andrea. Ételünk az életünk. Főzés Lakatos Andréával. Reformtáplálkozási tanácsadás és főzés kismamáknak – és minden érdeklődőnek. **Bemutató-tanácsadás**

■ 16:00–17:00
Molnár Zsuzsa. Várandósság, szülés – félelmek, stresszek oldása kineziológiával. A kineziológia segítségével feltárhathatjuk múltban gyökerező problémáinkat, feloldhatjuk az energiablokkokat, hogy újra testi-lelki-szellemi harmóniában éljünk. **Előadás és beszélgetés**

■ 17:00–18:00
Dr. Csepelyi Boglárka. A hipnózis alkalmazása a gyerekvállalás és a várandósság idején. A gyermekvállalás és a szülői feladatok kapcsán felmerülő szorongások, hangulati problémák segítése hipnózis módszerrel. **Előadás**

■ Egész nap
Gyerekjátsszó. Amíg a szülők az előadásokon vannak, addig tudunk a gyerekekre vigyázni, játszani velük. **Gyermekfelügyelet**

■ Egész nap
Születés-szülés filmek vetítése. Egész nap folyamatosan vetítjük a természetes, háborítatlan szülésről szóló filmeket, pl. A tenger szülőit, Kórházban – háborítatlanul... **Filmvetítés**

május 10., csütörtök
■ 10:00–11:30
Feithné Krajcsik Ilona. Kismamajóga. Bemutató és gyakorlati foglalkozás. Lazító, relaxációs gyakorlatok, szülésfelkészítés és babamamajóga gyakorlatok a még szorosabb kapcsolatért. **Foglalkozás**

■ 11:00–12:30
Lakatos Andrea. Ételünk az életünk. Főzés Lakatos Andréával. Reformtáplálkozási tanácsadás és főzés kismamáknak – és minden érdeklődőnek. **Bemutató-tanácsadás**

■ 14:00–15:30
Hoppál Bori. A női test csodái és a szexualitás. Vitelt képes előadás a női szexualitás kultúrtörténetéről és azon női szerveink működéséről, amik fontos szerepet játszanak a szexben. **Előadás**

■ 16:30–17:00
Csörgő Zoltán. Bennünk élő férfinyomaszterek. Az előadásban a hagyományos archetipus férfiszerepekről és mai életüknek a kihívásairól, a megerősítést és megújulást igénylő aszerepekről lesz szó. **Előadás**

■ Egész nap
Gyerekjátsszó. Amíg a szülők az előadásokon vannak, addig tudunk a gyerekekre vigyázni, játszani velük. **Gyermekfelügyelet**

■ Egész nap
Születés-szülés filmek vetítése. Egész nap folyamatosan vetítjük a természetes, háborítatlan szülésről szóló filmeket, pl. A tenger szülőit, Kórházban – háborítatlanul... **Filmvetítés**

május 11., péntek
■ 10:00–11:00
Kopkáné Plachy Judit. Baba-mamatorna. A szülést követő 6. héttől megkezdhető a torna a babával együtt, mely remek időöltés babának és mamának egyaránt. **Foglalkozás**

■ 11:00–12:30
Lakatos Andrea. Ételünk az életünk. Főzés Lakatos Andréával. Reformtáplálkozási tanácsadás és főzés kismamáknak – és minden érdeklődőnek. **Bemutató-tanácsadás**

■ 15:00–16:00
Czövek Zsuzsanna. Ma-uri masszázssz. A test-lélek harmonizálása a szülés utáni időszakban a ma-ur masszázs segítségével. **Bemutató-előadás**

■ 16:00–18:00
Kövesi Péter. Mi történt a fogantatás előtt – méhen belüli kommunikáció. Napjainkra bebizonyosodott, hogy az ember lelki élete nem a születéssel, hanem a fogantatás pillanatával kezdődik. **Előadás**

■ Egész nap
Gyerekjátsszó. Amíg a szülők az előadásokon vannak, addig tudunk a gyerekekre vigyázni, játszani velük. **Gyermekfelügyelet**

■ Egész nap
Születés-szülés filmek vetítése. Egész nap folyamatosan vetítjük a természetes, háborítatlan szülésről szóló filmeket, pl. A tenger szülőit, Kórházban – háborítatlanul... **Filmvetítés**

május 12., szombat
■ 9:00–10:00
Dr. Oláh Andrea. Újszülött érkezik, család születik. Az anya és az apa az újszülött érkezésével éli meg a családja új választ. Jó apa, jó anya leszek? Mi változik meg az életünkben, s ez hogyan éljük meg? **Előadás**

■ 10:00–14:00
Dr. Angster Mária. Hellingefele családterápia. A családban egy közös, teljesen tudatlan csoport-lelkiismeret működik. **Előadás**

■ 11:00–12:30
Lakatos Andrea. Ételünk az életünk. Főzés Lakatos Andréával. Reformtáplálkozási tanácsadás és főzés kismamáknak – és minden érdeklődőnek. **Bemutató-tanácsadás**

■ 14:00–15:30
Hoppál Bori. A női test csodái és a szexualitás. Vitelt képes előadás a női szexualitás kultúrtörténetéről és azon női szerveink működéséről, amik fontos szerepet játszanak a szexben. **Előadás**

■ 16:30–17:00
Csörgő Zoltán. Bennünk élő férfinyomaszterek. Az előadásban a hagyományos archetipus férfiszerepekről és mai életüknek a kihívásairól, a megerősítést és megújulást igénylő aszerepekről lesz szó. **Előadás**

■ Egész nap
Gyerekjátsszó. Amíg a szülők az előadásokon vannak, addig tudunk a gyerekekre vigyázni, játszani velük. **Gyermekfelügyelet**

nácadsás és főzés kismamáknak – és minden érdeklődőnek. **Bemutató-tanácsadás**

■ 11:00–12:00
Babamasszázs. Az érintés csodája a szeretet egyik közvetítési módja. A kötődés elmélyül a szülő és a gyermek között a masszázss segítségével. Védőnők tanácsadása. **Bemutató-tanácsadás**

■ 12:00–13:00
Ebédszünet.
■ 13:00–14:00

Galyasné Dózsa Katalin szociális munkatárs. A várandósság, a szülés és a gyermekek után járó juttatások. A gyermekek utáni és a várandósság, szülés utáni időszak járandóságai. Az aktuális törvényi háttér, mikor, milyen mértékben, meddig jár a járandóság? **Előadás**
■ 14:00–15:00

Dr. Berecz József. Homeopátia a várandósság idején. Homeopátiás javaslatok a várandósság, vajúadás, szülés és gyermekágy idején. **Előadás és beszélgetés**
■ 15:00–15:30

Kopkáné Plachy Judit. Kismamatorna. A tornával a kismama fizikailag és lelkileg is felkészülhet a szülésre. Gyakoroljuk a helyes légzéstechnikát, erősítjük a szüléshez szükséges izmokat. **Foglalkozás**
■ 15:30–16:30

Hasilló Annamária, szülésznő. Szüljünk a természet rendje szerint, a tudomány támogatásával. Egy, a természetes, háborítatlan szülés mellett elköltelezett szülésznő szemével a szülésről. **Előadás és beszélgetés**
■ 16:30–18:00

Popper Péter. Egy ember belép a világba. Hogyan éli meg Ő és hogyan éljük meg Mi, akik körbevesszük a megérkezését? **Előadás és beszélgetés**
■ 18:00–19:00

Laár András. Születés egy apa szemével. Az apák jelentősége, a szülés folyamatainak szeretetteljes kísérésében. **Előadás**
■ 19:00–19:30

A Születés Hete Egerben záróprogramja. A Születés Hete 2007 egri programjainak ünnepélyes lezárása. Vendégünk Laár András.

■ Egész nap
Gyerekjátéso. Amíg a szülők az előadásokon vannak, addig tudunk a gyerekekre vigyázni, játszani velük. **Gyermekfoglaló**

■ Egész nap
Születés-szülés filmek. Egész nap folyamatosan vetítjük a természetes, háborítatlan szülésről szóló filmeket, pl. A tenger szülőit, Kórházban – háborítatlanul... **Filmvetítés**

A programváltoztatás
jogát fenntartjuk!

Gödöllő és környéke

Programok Bagon, Gödöllőn, Jászfényszarun,
Nagykútán és Zsombokon

Magánház (Könczöl Zsuzsa)
2191 Bag, Szülő u. 9.
Telefon: 20/446-6123

május 7., hétfő
■ 10:00–11:30
Dr. Kiss Katalin – Könczöl Zsuzsa.
A szülési szemlélet változása világunkban. Könczöl Zsuzsa kineziológus csoportfoglalkozása, élménymegosztás és beszélgetés a témáról. **Beszélgetés-tanácsadás**

Gödöllő Város Könyvtár és Információs Központ
2100 Gödöllő, Dózsa György u. 8.
Telefon: 20/388-4953

május 11., péntek
■ 10:00–11:30
Akik a sötétben is látnak. Együtt gondolkodás az esélyegyenlőségről. Beszélgetés a könyvtár adta lehetőségekről. „Nemlátók” hangos könyvei stb... **Beszélgetés**
■ 10:00–15:00
Siratószoba. Siratószoba az el nem sirt könyvekhez, meg nem gyászolt gyászhoz nyújt segítséget. Emlékezést, feldolgozást segítő eszközökkel, tanácsadó segítségével. **Elvonulási lehetőség**

Gödöllő Város Polgármesteri Hivatal
2100 Gödöllő, Szabadság tér 6.
Telefon: 20/388-4953

május 11., péntek
■ 14:30–14:40 Földszíni Nagyterem
Megnyitó.
■ 14:40–15:00 Földszíni Nagyterem
Születés, szülés, család. Születés, szülés, család misztériumának felfedezése és megélési lehetőségei mai világunkban. **Beszélgetés**
■ 15:00–15:20 Földszíni Nagyterem
Gondolatcsere, hozzászólások. **Beszélgetés**
■ 15:20–16:00 Földszíni Nagyterem
Szülés hittel. Féltékeny, reménytelenek: A Máriabesznyői kismamaport. Bemutatóközlésével. **Beszélgetés**
■ 16:00–16:15
Szünet.

■ 16:15–16:40 Földszíni Nagyterem
Novák Julianna. TAVAM az iskolában – szülőknek, nevelőknek. Mit lehetünk mi felnőttek annak érdekében most, hogy ránk bízott gyerekek majd boldog felnőtté váljanak? **Interaktív előadás**

■ 16:40–17:30 Földszíni Nagyterem
Hagyományörző divatbemutató. A belső lelki szépség megjelenítése ének, zene és öltözet együttesével a Százvirágú Kendő Alapítvány felvezetésében. **Divatbemutató**

Körzeti Védőnői Szolgálat
5126 Jászfényszaru, Deák F. u. 1.
Telefon: 20/388-4953

május 9., szerda
■ 14:00–16:00 Tanácsdóli helyiség
Imprinting. Beszélgetés Jászfényszaru területi védőnővel. Milyen jelentőségű a szülés-születést követő első néhány pillanat a baba és a mama szempontjából? **Előadás és beszélgetés**

Katolikus Népiskolai Mozgalom Székháza
2760 Nagykúta, Dózsa György u. 6.
Telefon: 29/440-076

május 10., csütörtök
■ 17:00–17:10
Megnyitó.
■ 17:10–17:40

Magánügy, vagy közügy? Közös gondolkodás a családvállalás dilemmáiról a 21. században. Megváltozott a család szerepe? A belső elkötelezettség mint hajtóerő. **Beszélgetés**
■ 17:40–18:00

A látottak, hallottak megbeszélése.
Beszélgetés
■ 18:00–18:10
Szünet.
■ 18:10–19:00

Hagyományörző divatbemutató. A belső lelki szépség megjelenítése ének, zene és öltözet együttesével a Százvirágú Kendő Alapítvány felvezetésében. **Divatbemutató**

Községi Önkormányzat, Tanácssterem
2116 Zsombok, Bajza Lenke tér 10.
Telefon: 20/388-4953

május 9., szerda
■ 9:00–9:10
Megnyitó
■ 9:10–9:40

Remete Angéla dula. A szoptatás kihívásai. **Beszélgető kör.**
■ 9:40–9:50
Szünet
■ 9:50–10:30

Szülés, szülés, családvállalás a 21. században. Beszélgetés a társadalom legkisebb egységéről. A szülés, szülés, családvállalás újszerű megközelítése holisztikus szemlélettel. **Beszélgetés**

Gyál

Közösségi Ház és Könyvtár
2360 Gyál, Kőrösi út 118-120.
Telefon: 29/541-641

május 11., péntek
■ 14:00–14:15
Megnyitó előadás és koncert. A Születés Hete 2007 rendezvénysorozat gyáli megnyitója. Közreműködnek a Kodály Zoltán Zeneiskola növendékei Tóth István vezetésével.

■ 14:15–14:30
Ariel. Az asztrológia és a születés kapcsolata. Szülés, születés az asztrológus szemével. Lehetőség, hogy az ember önmagát megismerhesse, és ilyen módon a másik ember életét is boldogabbá tegye. **Előadás**
■ 14:30–14:45

Földi Erzsi. A fülakupunktúra és alkalmazása a gyakorlatban. A várandósságra készülő és az áldott állapotban alkalmazható-e és ha igen, akkor hogyan, mely állapotokban a fülakupunktúra? **Előadás**
■ 14:45–15:45

Gyulaiiné Várnai Kati. Bioételek az étkezésben, elkészítési lehetőségek, receptek. A mindennapokban hogyan tehetjük értékesebbé ételünket? Ennek megvalósításához kínál gyakorlati tanácsokat és recepteket az előadás. **Előadás és beszélgetés**
■ 15:45–16:45

Gyimóthy Dóra és Gyimóthy Zsolt református lelkipásztor. Bátorítás és ígéretek a Bibliában. A földi életre való születéstől az örökélet dimenziójáig. A szülést, születést körülvevő átkokból, bűnökökből, fájdalomból kivetítő út. **Előadás**
■ 16:45–17:15

Kissné Dömötör Ildikó. Mi az autogénréning? Hogyan alkalmazható a gyakorlatban? Az autogénréning az egyik olyan módszer, melynek segítségével önmagunk felé fordulva, testünk jelzéseit észrevéve lehetőségekünk van azokat értékelni. **Előadás**
■ 17:15–18:00

Stefankovics Éva. A hordozás mit jelent a csecsemő számára? A hordozókendő bemutatása, alkalmazása. Az anya közelsége, a ringatás hatása a baba érzékszerveire, idegrendszerére. A biztonság megteremtése. **Előadás és gyakorlatok**
■ 18:00–19:30

Kérdezz-felelek – várandósságról, szülésről, születésről. A beszélgetés felöleli a mindenki életében nagy fontosságú várandósságot, szülést és születést orvosi, lelki és gyakorlati szempontból. **Kerekasztal-beszélgetés**

■ Egész nap
Baba-mamaszoba. A rendezvény egész ideje alatt a kismamákat és a kisbabákat különszoba várja, ahol megpihenhetnek és nyugalmában szoptathatnak, pelenkázhatnak. **Elvonulási lehetőség**

■ Egész nap
Bioélelmiszerek. A rendezvény alatt bioélelmiszerek kóstolója és vására, valamint hordozókendő, csecsemőruházat, nő felsőrészek árusítása várja az érdeklődőket. **Vásár és kostoló**

■ Egész nap
Fülakupunktúra. A Születés Hete 2007 gyáli programjai alatt ingyenesen vehető igénybe asztrológusunk tanácsadási és a fülakupunktúra kezelése. **Tanácsadás**

■ Egész nap
Gyermekrajzok. A rendezvénysorozat alatt gyáli gyermekek rajzaiból készült kiállítás tekinthető meg. A rajzok témája: várandósság, szülés, születés. **Kiállítás**

■ Egész nap
Siratószoba. A Siratószoba magzatukat, kisbabájukat elvesztett szülőkné nyújt segítséget az emlékezés, feldolgozást segítő eszközökkel, tanácsadó segítségével. **Elvonulási lehetőség**

Gyömrő

Városi Bölcsőde és Gyermekközpont
2230 Gyömrő, Tompa Mihály u. 21.
Telefon: 29/330-077

május 7., hétfő
■ 10:00–10:45 Tomaterem
Ágostonné Szőcs Anna La Leche Liga vezető, szoptatási tanácsadó. A szülés körülményeinek hatása a szoptatásra. A szülés körülményei és az első órák meghatározók az anya-gyermek kapcsolat kialakulásában és alapvető fontosságuk a szoptatás jó beindulásában. **Filmvetítés beszélgetéssel**
■ 11:00–12:15 Tomaterem

Dr. Okos Ella. A homeopátia alkalmazása várandósságban és szülés alatt. A terhességi érmégyés és vashiányos vérszegénység kezelése, a szülés előkészítése és segítése, a szoptatás és tejelválasztás támogatása homeopátia által. **Előadás és beszélgetés**
■ 12:15–12:45 Tomaterem

Dobossyné Molnár Veronika. Táplálkozási ajánlások szoptató és várandós anyáknak. Tanácsok a helyes étrend összeállításához a 'más állapot' okozta kellemetlen-ségek csökkentésére és a felesleges súlygyarapodás elkerülésére. **Előadás és beszélgetés**



■ 12:45–13:15 Tomaterem
Szöke Józsefné védőnő. A csecsemők egészséges táplálása. Az anyatejes táplálás előnyei és támogatása. A hozzátáplálás menete és az elválasztás/elválasztódás. **Beszélgetés**
■ 13:00–16:00 Mikkomakko Játékter előtér

Teázó. Ha elfáradt és megszomjazott... szívesen várjuk egy teára, ahol kötetlenül beszélgethet az épen akkor és ott felmerülő témákról. **Beszélgetés**
■ 14:00–16:00 Türegyálterem

Csere-bere bőrbe. Ha már nem használja kismamaruháit és a baba vagy gyermekholmik egy részét is szívesen felríszténé, elcserélné vagy eladná, ide elhozhatja! **Vásár**
■ 14:00–15:15 Babusgőz terem

Várnai Andrea. Zene és érintés a fogantatástól kezdve hároméves korig. A zene és az érintés csodái a fogantatás pillanatától velünk vannak az anya szívének lüktetésében, a víz hullámainak érintésében. Mindez megörízhető! **Műhelyfoglalkozás beszélgetéssel**
■ 15:00–16:00 Mikkomakko Játékter

Bolgar Zsuzsa. A bennünk és a velünk lakó gyerek. A megismerés és a felismerés lehetősége sajátélményű műhelymunka keretében, a Mikkamakka Játékter szervezésében. Játékos ismerkedés felnőtteknek. **Műhely pszichodramatikuss elemekkel**
■ 16:00–16:30 Tomaterem

Viczko Andrea. Babaúzás. A babaúzás felrísztja a testet és a lelket egyaránt, fejleszti a babák betegséggel szembei ellenálló képességét, immunrendszerét, izomzatát. **Filmvetítés beszélgetéssel**
■ 16:30–18:00 Tomaterem

Werner Katalin. A dúlák által nyújtott segítség lehetőségei. Az első kérdés, ami felötlik mindannyiunkban: mi szükség a dúlákra, ha ott van az orvos, a szülésznő, s ma már, ha a pár szeretné, az apa is... **Filmvetítés beszélgetéssel**
■ Egész nap Első emeleti folyosó

Kistestvér születik. Óvodásoknak és kisiskolásoknak „Kistestvérem születik” címmel meghirdetett rajzpályázatra beérkezett képek kiállítása. **Kiállítás**

Városi Könyvtár
2230 Gyömrő, Töncsis M. u. 43.
Telefon: 29/331-174

május 9., szerda
■ 10:00–10:30
Szótér Andrea. A kismama könyvtára. A Városi Könyvtár átlományában lévő könyvek bemutatása a várandósság, szülés, születés témakörökben. Könyvajánló és könyvlista a szoptatás irodalmáról. **Könyvbemutató és könyvajánló**
■ 10:30–11:30

Beke Annamária. A suttogó titkai. Mit is javasol a suttogó titkai című könyv? A szerző (Tracy Hogg) hasznos és kevésbé hasznos tanácsai. **Beszélgetés a könyvről. Beszélgetés**





Köszöntjük az édesanyákat!

Társaság a Várandósság
és Anyaság Megszenteléséért

Anyu

Csak látni akarlak,
anyu fényes csillag,
látni, ahogy jössz, jössz,
mindig jössz, ha hívlak.

Látni sietséged,
angyal szelídséged,
odabújni hozzád,
megölelni téged.

Nadányi Zoltán





május 11., péntek

■ 10:00–11:00 Énekes János terem
Rabné Farkas Judit védőnő. Babamasszázs. Személyes tapasztalatszerzés az érintésnek, mint a szeretet közvetítőjének jótékony hatásáról, segítve az anya és gyermeke kötődésének elmélyülését. **Bemutató**

■ 13:30–15:00 Kamaraterem
Csizmadia Ferenccé Nemes Márta. Író-olvasó találkozó. A bajmegelőzés fontossága. A családpedagógia, utódvédelem hazai megalapozójával találkozhatsz az érdeklődők könyveinek bemutatóján és vásárán. **Bemutató, beszélgetés és vásár**

■ 15:00–16:00 Aula
Répas József polgármester, és **Pintérné Varga Rozália**, igazgató. Az én családom képző- és iparművészeti pályázat díjátadása. Műsorvezető: Kun Lászlóné igazgató, Petőfi Sándor Művelődési Központ. Közreműködik: Tokai Ágnes énekművész és az Alapfokú Művészeti Iskola tanulói.

Tavaszi egészségnap és vásár
Petőfi Sándor Művelődési Központ
2340 Kiskunlacháza, Kinizsi u. 1.
Telefon: 20/359-8081

május 12., szombat
■ 10:00–15:00 Énekes János terem
Bálint Ágnes és Mészáros Károlyné Kati, körzeti ápoló. Egészségi állapotfelmérése. Vizsgálatok és tanácsadás: vérnyomás, vércukorszint, koleszterin, testsúly, testmagasság mérése, Doppler-vizsgálat, érsebészeti tanácsok.

■ 10:00–18:00 Aula
Alternatív mérések, megoldások. Bioptron-lámpa használata, Vision állapotfelmérés, antioxidánszint-, testsírszázalék-, öszkoleszterinszint mérése, szemvizsgálat, fülakupunktúra.

Szűrések, mérések, tanácsadás
■ 10:00–18:00 Aula
Egészséges élelmiszerek vására. Gyógyteák, mézkülönlegességek, gyümölcskáv, táplálék-kiegészítők, méhpempő, sajtok, bioélelmiszerek vására. **Vásár**

■ 10:00–18:00 Aula
Egészségi állapotfelmérés: lúdtalpszűrés. A lúdtalp a leggyakoribb népbetegségnek számít statikai lábbetegség. Nagyfokú panaszt okozó lúdtalp esetén betét viselése megoldhatja a panaszokat. **Szűrések, mérések, tanácsadás**

■ 10:00–18:00 Aula
Természetes tárgyak. Energetizáló egzotikus ékszer, kozmetikumok, fonott bútor, kosár, dísz tárgy, Bioptron-lámpa, szemüvegkeret, fa- és egyéb játékok, sógartya. **Vásár**

■ 10:00–18:00 Kőművelődési Iroda
Sziráki Katalin, gyógymasszozó. Gyógymasszázs. Előzetes bejelentkezés szükséges: 20/359-8081. (Az érdeklődők hozzanak magukkal törülközőt és fűrdőruhát.) **Bemutató**

■ 14:00–15:00 Kamaraterem
Dr. Ambrus Zoltán szülész-nőgyógyász. Méhnyakrák-prevenció. Mikor forduljon nőgyógyászhoz? A rendszeres ráksűrű vizsgálatokon történő megjelenés lehetővé teszi a méhnyakrák megelőzését. **Előadás és beszélgetés**

■ 15:00–16:00 Kamaraterem
Dr. Ambrus Zoltán szülész-nőgyógyász és **Hamzáné Zsuzsi** szülész. Mell-önszűrés – a mellünk védelmében. Az emlődagatok felismerésének egyik módja a mell önszűrése. Az időben történő vizsgálat (pl. mammográfia) és kezelés növeli a gyógyulás esélyét. **Előadás filmvetítéssel**

■ 15:00–16:00 Énekes János terem
Nagylaki Sándorné Kati, Jógabemutató – segítség a mindennapokban. A jóga segít a mindennapokban. Nagylaki Sándorné, Kati vezetésével jógabemutatót vehetnek részt az érdeklődők. **Bemutató**

■ 16:00–18:00 Énekes János terem
Bálint Ágnes és Mészáros Károlyné Kati, körzeti ápoló. Egészségi állapotfelmérése. Vizsgálatok és tanácsadás: vérnyomás, vércukorszint, koleszterin, testsúly, testmagasság mérése, Doppler-vizsgálat, érsebészeti tanácsok.

■ 16:00–17:00 Kamaraterem
Zákány Erzsébet természetgyógyász. Újszülött a családban. Az első hetek problémái a csecsemőgondozásban. A kisbaba és a családtagok kapcsolata. Szülővé válás, a testvéri szeretet és a nagyszülők szerepe. **Előadás és beszélgetés**

■ 17:00–18:00 Kamaraterem
Sz. Mikus Edit szexológus. Társkapcsolati krízisek szülés előtt és szülés után. A teljesítménykényszer növekedése mindkét fél részéről sokszor tartós, negatív következményekkel jár. Apas és apa nélküli szülések előnyei és hátrányai. **Előadás és beszélgetés**

Kiskunlacháza-Áporka Általános Iskolai Társulás Munkácsy téri Iskolája
2340 Kiskunlacháza, Munkácsy M. tér 1.
Telefon: 20/359-8081

május 8., kedd
■ 8:00–9:00
Szecssei Anna Mária védőnő, biológia tanár. Tudatos felkészülés a gyermekvállalásra. Beszélgetés a terhességre történő tudatos felkészülésről, a felelősségteljes társkapcsolatról és a születendő gyermek érkezésének megtervezéséről. **Előadás és beszélgetés**

■ 10:00–11:00
Dr. Szabó Gábor szülész-nőgyógyász főorvos. Látogatás a Ráckevei nőgyógyászati szakrendelőben. 8. osztályos lányok látogatása a Ráckevei Város Szakorvosi Rendelőintézetének Nőgyógyászati Szakrendelőjébe. Kísérő: Tóth Lilla védőnő. **Beszélgetés-tanácsadás**

május 9., szerda
■ 14:00–15:30
Vella Brigitta tanár. Serdülőkori bőr-ápolási tanácsok. Képesek vagyunk tenni a szebb külsőért? A serdülők bőrének jellegzetességei. A bőrproblémák kozmetikai kezelése, és az étkezés helyes megválasztása. **Beszélgetés-tanácsadás**

május 10., csütörtök
■ 10:00–14:00
Bechtold Mária. A serdülőkori változások. Kötetlen beszélgetés 6. osztályosokkal a serdülőkor testi, lelki változásairól, a gondolkodás átalakulásáról, és a konfliktuskezelési megoldásokról. **Előadás és beszélgetés**

■ 10:00–13:00
Szecssei Anna Mária védőnő, biológia tanár. Tudatos felkészülés a gyermekvállalásra. Beszélgetés a terhességre történő tudatos felkészülésről, a felelősségteljes társkapcsolatról és a születendő gyermek érkezésének megtervezéséről. **Előadás és beszélgetés**

május 11., péntek
■ 11:00–12:00
Szecssei Anna Mária védőnő, biológia tanár. Tudatos felkészülés a gyermekvállalásra. Beszélgetés a terhességre történő tudatos felkészülésről, a felelősségteljes társkapcsolatról és a születendő gyermek érkezésének megtervezéséről. **Előadás és beszélgetés**

Szakközép és Szakmunkásképző Iskola
2340 Kiskunlacháza, Rákóczi u. 63.
Telefon: 20/359-8081

május 7., hétfő
■ 9:00–12:00
Méri Istvánné ifjúsági védőnő. Felelőséggel egymás iránt! Egy harmonikus párcapcsolatból születő gyermek élete teljesebb lesz. A szülők feladata: pozitív mintákból álló értékeket közvetíteni gyermeküknek. **Előadás és beszélgetés**

május 9., szerda
■ 9:00–12:00
Méri Istvánné ifjúsági védőnő. Felelőséggel egymás iránt! Egy harmonikus párcapcsolatból születő gyermek élete teljesebb lesz. A szülők feladata: pozitív mintákból álló értékeket közvetíteni gyermeküknek. **Előadás és beszélgetés**

május 11., péntek
■ 9:00–12:00
Méri Istvánné ifjúsági védőnő. Felelőséggel egymás iránt! Egy harmonikus párcapcsolatból születő gyermek élete teljesebb lesz. A szülők feladata: pozitív mintákból álló értékeket közvetíteni gyermeküknek. **Előadás és beszélgetés**

A programváltoztatás jogát fenntartjuk!

Kunszentmiklós

Varga Domokos ÁMK
6090 Kunszentmiklós, Damjanich u. 7.
Telefon: 76/351-344

május 11., péntek
■ 10:00–10:20
Megnyitó. A Születés Hete Kunszentmiklós megnyitója. Ünnepeles nyitóbeszédet mond Bódi Szabolcs Kunszentmiklós Város Polgármestere.

■ 10:20–10:40
Vásárhelyi Erzsébet vezető védőnő. Az élet tisztelete a szülés csodája. A védőnő lehetőségei a fogantatással induló magzati élet védelmében, a szülők támogatásában, a szülés-szülés csodájának beteljesedéséhez vezető úton. **Előadás és beszélgetés**

■ 10:40–11:00
Versben mondom el. Versek az anyaságról, a kisdedeokról, a szülés-szülés csodájáról. **Szavaltat**

■ 11:00–11:30
Dr. Terebessy Károly szülész-nőgyógyász. Biztonságban születeskör. Dilemmák a szülés körül, a szülést segítő és gátló tényezők. Beszélgetünk az apas szülésről, epidurálról, császármetszésről... **Előadás**

■ 11:30–12:00
Tánc-show. Rövid jazzbalett-bemutató vendégeink, elsősorban az anyák és gyermekeik köszöntésére. **Táncelőadás**

■ 12:00–12:30
Dr. Kovács Zsuzsanna házi gyermekorvos. Problémamentes hazatérés. Eltelt kilenc gyönyörű hónap, megszületett a várva várt gyermek. A család örül, vajon problémamentes-e a hazatérés...? **Előadás**

■ 12:30–13:00
Büfé. Az előadások szünetében ingyenes büfével várjuk a látogatókat. **Vendéglátás**

■ 12:30–13:00
VD ÁMK Alapfokú Művészeti Iskola tanulói. Élőzene. Vendégeinknek élő furulya és csengő-bongó hangú gyermekek énekeivel kedveskedünk. **Koncert**

■ 13:00–13:20
Mizseiné Czizler Judit védőnő. Az élet legnagyobb ajándéka. Születés- és szüléstörténet: hogyan életem meg AZT a napot? **Beszélgetés**

■ 13:20–14:00
VD ÁMK Alapfokú Művészeti Iskola tanulói. Néptánc. Mezőföldi üveges, mezőföldi ugros és más mezőszéki táncok kerülnek bemutatásra az iskola néptánc csoportjának előadásában. **Táncelőadás**

■ 14:00–14:20
Fang-Mogyorósi Anita gyógyszerész. Gyógyszerek a terhesség és a szoptatás ideje alatt. A terhesség és a szoptatás alatt fellépő leggyakoribb panaszok kezelése. Elővi-

gyázottság bizonyos szerekkel szemben. Homeopátiás szerek alkalmazása. **Előadás**

■ 14:20–15:00
VD ÁMK Alapfokú Művészeti Iskola tanulói. Társastáncok. Az iskola társastánc csoportjának bécsi keringő bemutatója. **Táncelőadás**

■ 15:00–15:45
A pályázati munkák értékelése, díjazása. 5-14 éveseknek kiírt pályázat eredményhirdetése. Pályázni rajzsal, festménnyel, kerámia alkotással lehetett. Téma: élet, születés, anyaság, család. **Eredményhirdetés**

Miskolc

Herman Ottó Múzeum Kiállítási Épület
3530 Miskolc, Popszer u. 1.
Telefon: 46/346-875

május 8., kedd
■ 16:30–18:30 Emelet
Füzesiné Békés Emoke. Dóla film. Annak, hogy ki miért választ dólát, sokféle oka lehet, hiszen mi nők is sokféleek vagyunk. A Magyarországi Dóla Egyesülete (MODULE) filmje. **Filmvetítés beszélgetéssel**

május 12., szombat
■ 09:45–10:00 Emelet
A Születés Hete miskolci rendezvényorozatának megnyitója. Végre elérkezett az idő, és a Születés Hete Miskolcon is megrendezésre kerül. A rendezvény megnyitója.

■ 10:00–12:00 Emelet
Noll Andrea Nandu. Holisztikus babaság a gyakorlatban. Beszélgetés a szüléskésítés holisztikus babai modelljéről, a háborítatlan szülésről és a Hoidudvar Bábaház gyakorlati tapasztalatairól. **Interaktív előadás**

■ 10:30–11:30 Játsszóház
Mazsola Muzsika. Szeretettel várjuk a kicsiket is a Mazsola Muzsikára. Zenés foglalkozás 6 hónapos kortól 3 éves korig. **Zenés foglalkozás**

■ 12:00–13:00 Emelet
Németh Eszter Amiéla. A szülés és szülés szépsége – a terhesség, mint áldott állapot. Anyagi lényünk hozzásegít ahhoz, hogy a terhességet áldott állapotként éljük meg, és ezáltal a magzattal kommunikálva készülhetünk a szülésre. **Előadás**

■ 13:15–14:45 Emelet
Altman Andrea. Anya- és bababarátság alapelve a várandósság és a szülés alatt. Milyen az, a kutatások által is alátámasztott hozzáállás, amely mind a baba, mind az anya számára biztosítja, hogy a kórház biztonságos legyen? **Interaktív előadás**

■ 15:00–16:00 Emelet
Dr. Kiss Katalin. Elég jó szülő vagyok? Szülői szerepünkben néha elbizonytalanodunk. Ezt a problémakört járjuk körül irányított beszélgetéssel. **Beszélgetés**

■ 16:00–17:00 Emelet
Pápai Gyula. Hogyan segít a jóga a szülésnél? A jóga általános jótékony hatása. Hogyan hat a jóga a várandósság idején és a szülés után? Milyen hatása van a babára? **Előadás és gyakorlatok**

■ 17:00–18:00 Játsszóház
Eszténás Táncgyűttes. Eszténás Táncház. Gyermektánc há felmőltnek is az Eszténás Gyűttes hagyományos népzenejével, autentikus hangszerelésben. **Táncház**

■ 17:00–18:00 Emelet
Szilvássyné dr. Mazurek Magda. A lélek útja a fogantatástól a születésig. Mikor kezdődik az emberi élet? Sokak szerint mindig létezik, csupán megjelenésének színterei változnak. Fogantatás és születés a lélek szempontjából. **Előadás**

■ 18:00–19:00 Emelet
Kövi Szabolcs. Fuvolakoncert. Szabolcs meditatív zenéje segíti a benső önmagunk felé fordulást, az ösztönös én felfedezését, akire sokszor olyan jó lenne hallgatni. **Koncert**

május 12., szombat és 13., vasárnap
■ Egész nap Játsszóház
Mazsola Játsszóház. Játsszóház gyerekeknek. Mazsola Muzsika, kézműves játsszóház, gyermektorna, gyermekfolyóélet. A mamák nyugodtan részt vehetnek a programokon és gyermekeik jól érzik magukat. **Játsszóház, gyermekfolyóélet**

■ Egész nap Udvar
Zenés vásári forgatag. Kirakodóvásárral és hangulatos szabadtéri programokkal tesszük népszerűbbé rendezvényünket. Mindenkit szeretettel várunk! **Vásár**

május 13., vasárnap
■ 10:00–11:00 Emelet
Benda Judit. Mit egyen a baba és mit egyen a mama? A mama táplálkozása a terhesség előtt és alatt éppúgy befolyásolja a baba egészségét és későbbi fejlődését, mint a baba kezdeti táplálkozása. **Beszélgetés**

■ 10:30–11:30 Játsszóház
Mazsola Muzsika. Szeretettel várjuk a kicsiket is a Mazsola Muzsikára. Zenés foglalkozás 6 hónapos kortól 3 éves korig. **Zenés foglalkozás**

■ 11:00–12:00 Emelet
Egri Kati és Kociszewski Csilla. Aura Soma: színek és energiák a fogantatástól a kisgyermekkorig. Az Aura Soma a színek nyelvében nekünk. Hogyan segítenek a színek a várandósság, a szülés idején, és miként támogatja gyermekeinket a későbbiekben? **Előadás és beszélgetés**

■ 12:00–13:00 Emelet
Dudás Katalin. A homeopátia alkalmazása szülés előtt, alatt és után. A homeopátia nagy segítséget jelenthet a fogamzás, a várandósság, a szülés idején és közvetlenül a szülést követő időszakban. **Előadás**





13:00–15:00 Emelet

Hoppál Bori. A női test csodája, a virágzás, a menstruáció. Előadás a menstruáció kultúrtörténetéről, testi, lelki, spirituális vonatkozásairól, a fájdalommal való együttműködésről. **Előadás**

15:00–17:00 Emelet

Lancsin Zsuzsanna – Werner Katalin. Az élet első órája – az aranyóra. „Meggzültem? Fáj. Félek. Anya, hol vagy?” Az ismerkedés legérzékenyebb ideje ez, az emlékek bevésődnek. Tervezhetjük-e, hogyan fogadjuk az érkezőt? **Előadás**

17:00–18:00 Emelet

Simon Nóra. Gyermekektől formálódó szüléskép. Mit tudnak a 6–16 éves magyar lányok a szülésről, születésről? Előadás a szüléssel kapcsolatos pszichés tartalmak alakulásáról. **Előadás**

Lévy József
Református Gimnázium

3530 Miskolc, Kálvin u. 2.
Telefon: 46/506-675

május 12., szombat

10:00–13:00 Műhelyfoglalkozások terme

Dr. Kiss Katalin. Az Anyai öl megtagasztalása. Csoportos élményszerzési lehetőség, melynek során az egyetemes szeretet megtagasztalására van lehetőség. **Tréning**

10:00–11:00 Mozgósterem

Ferencsikné Czeglédy Edit. Babamamajóga. A jóga játékos hatásait élvezve együtt a baba és mama. Az együttmozgás segít a szülés utáni depresszió kiküszöbölésében is. **Hastánc, mozgásművészet**

11:00–15:00 Mozgósterem

Tóth Lívia. AVIVA torna. Speciális tornagyakorlatok a nőiességhez, a gyermekáldás elősegítéséhez, valamint a várandósság idejére és a szülés után. **Foglalkozás**

13:00–14:00 Műhelyfoglalkozások terme

Szabó Andrea Krisztina. Várandósmeditáció – kapcsolatfelvétel a babával. Vezetett meditáció: a mama ráhangolódik bábájára és érzi, látja, kommunikál vele... Otthon, egyedül is elvégezhető gyakorlatokkal ismerkedhetnek meg. **Műhely**

14:15–15:45 Műhelyfoglalkozások terme

Szilvásyné dr. Mazurek Magda. Energiamezők az ősök tükrében. Sorsunkat családtagjaink sorsa is formálja. Az ebből fakadó szenvedést, érzéseket Bert Hellingner családfelelősségi módszere segíthet feloldani. **Bemutató-előadás**

15:00–18:00 Mozgósterem

Védőnők – Miskolc. Kismama- és babamasszázs. Szeretettel várjuk a kismamákat és a babákat! Kényeztetjük a mamákat és megtanítjuk a babamasszázsát. **Bemutató-tanácsadás**

16:00–18:00 Műhelyfoglalkozások terme

Érdeklődő vendégeink. Szüléstörténetek. Kötetlen beszélgetés szülésről, születésről, ahol megoszthatjuk egymással jó vagy rossz élményeinket. **Beszélgetés**

május 12., szombat–13., vasárnap

Egész nap Pelenkázó- és szoptatóhelyiség

Baba-mama rekreáció. A rendezvény egész ideje alatt pelenkázó és szoptató szobát vehetnek igénybe a kisgyermekkel érkező családok. **Elvonulási lehetőség**

május 13., vasárnap

10:00–11:00 Mozgósterem

Ferencsikné Czeglédy Edit. Babamamajóga. A jóga játékos hatásait élvezve együtt a baba és mama. Az együttmozgás segít a szülés utáni depresszió kiküszöbölésében is. **Hastánc, mozgásművészet**

10:00–14:30 Műhelyfoglalkozások terme

Lancsin Zsuzsanna – Werner Katalin. Szülésfelkészítő. Ez egy olyan nap, amikor megismerheted a várandósság, szülés természetét. Tapasztalásokkal, képekkel, zenével segítjük a belső igények megtalálását. **Műhely**

11:00–13:00 Mozgósterem

Pápai Gyula. Kismamajóga. Jóga kismamáknak. Otthon végezhető gyakorlatokat próbálhatnak ki az érdeklődők, melyek megkönnyítik a vajúdást is. **Foglalkozás**

13:00–18:00 Mozgósterem

Védőnők – Miskolc. Kismama- és babamasszázs. Szeretettel várjuk a kismamákat és a babákat! Kényeztetjük a mamákat és megtanítjuk a babamasszázsát. **Bemutató-tanácsadás**

14:45–15:45 Műhelyfoglalkozások terme

Érdeklődő vendégeink. Szüléstörténetek. Kötetlen beszélgetés szülésről, születésről, ahol megoszthatjuk egymással jó vagy rossz élményeinket. **Beszélgetés**

16:00–18:00 Műhelyfoglalkozások terme

Hoppál Bori. Szoptass örömmel!

Elméleti és gyakorlati információk a szülés utáni első napokról, a szoptatásról beszélgetős, vidám hangulatban játékbabákkal. **Műhely**

Szinvarpark

3527 Miskolc, Bajcsy-Zs. u. 2–4.
Telefon: 46/502-306

május 11., péntek

16:00–18:00

Szavítrai Alapítvány. A Születés Hete Miskolcon zenés-táncos beharangozója. Életkörtánc, hastáncbemutató a női életszakaszokról: hastánc kismamákkal, kisbabákkal. Óvodások éneke. Zenés előadások. **Megnyitó előadás**

Programok a védőnői rendelőkben

3534 Miskolc, Kandó Kálmán u. 1.

Telefon: 46/332-294

május 7., hétfő

16:30–18:00 Közeti Védőnői Szolgálat

A holdasszony. Hogyan válhatott a szülés, ami annyira egyéni és mély tapasztalás minden egyes nő életében, oly sablonossá a szülészetben? **Filmvetítés beszélgetéssel**

3530 Miskolc, Első u. 8.

Telefon: 46/505-444

május 7., hétfő

16:30–18:00 Biztos Kezdet

A tenger szülőttei. A tengerben született gyermekek első benyomása (imprinting jelenség) és legelső élménye a természethez, az élet természetes harmóniájához kapcsolódik. **Filmvetítés beszélgetéssel**

3535 Miskolc, Tömörkény u. 1.

Telefon: 46/331-060

május 7., hétfő

16:30–18:00 Közeti Védőnői Szolgálat

A tenger szülőttei. A tengerben született gyermekek első benyomása (imprinting jelenség) és legelső élménye a természethez, az élet természetes harmóniájához kapcsolódik. **Filmvetítés beszélgetéssel**

3529 Miskolc, Szilvás u. 39. Bölcsőde

Telefon: 46/369-940

május 7., hétfő

16:30–17:00 Biztos Kezdet Program AVAS

Sokan azonosítják a háborítatlan vajúdást és a szabad szülés erejéről szól. **Filmvetítés beszélgetéssel**

3529 Miskolc, Szilvás u. 39. Bölcsőde

Telefon: 46/369-940

május 7., hétfő

17:00–18:00 Biztos Kezdet Program AVAS

A szülés természete. Az Alternatal Alapítvány 31 perces filmje a háborítatlan vajúdás és a saját törvényei szerint zajló születés csodájáról, a szabad szülés erejéről szól. **Filmvetítés beszélgetéssel**

3529 Miskolc, Szilvás u. 39. Bölcsőde

Telefon: 46/369-940

május 9., szerda

16:30–18:00 Biztos Kezdet Program AVAS

A holdasszony. Hogyan válhatott a szülés, ami annyira egyéni és mély tapasztalás minden egyes nő életében, oly sablonossá a szülészetben? **Filmvetítés beszélgetéssel**

3534 Miskolc, Kandó Kálmán u. 1.

Telefon: 46/332-294

május 9., szerda

16:30–18:00 Közeti Védőnői Szolgálat

A tenger szülőttei. A tengerben született gyermekek első benyomása (imprinting jelenség) és legelső élménye a természethez, az élet természetes harmóniájához kapcsolódik. **Filmvetítés beszélgetéssel**

3530 Miskolc, Első u. 8.

Telefon: 46/505-444

május 9., szerda

16:30–17:00 Biztos Kezdet

Kórházban – háborítatlanul. Sokan azonosítják a háborítatlan szülést az otthon vagy a szülésházban történő szüléssel. Ez a film kórházban történt háborítatlan szülésekről szól. **Filmvetítés beszélgetéssel**

3535 Miskolc, Tömörkény u. 1.

Telefon: 46/331-060

május 9., szerda

16:30–17:00 Közeti Védőnői Szolgálat

Kórházban – háborítatlanul. Sokan azonosítják a háborítatlan szülést az otthon vagy a szülésházban történő szüléssel. Ez a film kórházban történt háborítatlan szülésekről szól. **Filmvetítés beszélgetéssel**

3530 Miskolc, Első u. 8.

Telefon: 46/505-444

május 9., szerda

17:00–18:00 Biztos Kezdet

A szülés természete. Az Alternatal Alapítvány 31 perces filmje a háborítatlan vajúdás és a saját törvényei szerint zajló születés csodájáról, a szabad szülés erejéről szól. **Filmvetítés beszélgetéssel**

3535 Miskolc, Tömörkény u. 1.

Telefon: 46/331-060

május 9., szerda

17:00–18:00 Közeti Védőnői Szolgálat

A szülés természete. Az Alternatal Alapítvány 31 perces filmje a háborítatlan vajúdás és a saját törvényei szerint zajló születés csodájáról, a szabad szülés erejéről szól. **Filmvetítés beszélgetéssel**

3530 Miskolc, Első u. 8.

Telefon: 46/505-444

május 10., csütörtök

16:30–18:00 Biztos Kezdet

A holdasszony. Hogyan válhatott a szülés, ami annyira egyéni és mély tapasztalás minden egyes nő életében, oly sablonossá a szülészetben? **Filmvetítés beszélgetéssel**

3535 Miskolc, Tömörkény u. 1.

Telefon: 46/331-060

május 10., csütörtök

16:30–18:00 Közeti Védőnői Szolgálat

A holdasszony. Hogyan válhatott a szülés, ami annyira egyéni és mély tapasztalás minden egyes nő életében, oly sablonossá a szülészetben? **Filmvetítés beszélgetéssel**

3529 Miskolc, Szilvás u. 39. Bölcsőde

Telefon: 46/369-940

május 10., csütörtök

16:30–18:00 Biztos Kezdet Program AVAS

A tenger szülőttei. A tengerben született gyermekek első benyomása (imprinting jelenség) és legelső élménye a természethez, az élet természetes harmóniájához kapcsolódik. **Filmvetítés beszélgetéssel**

3534 Miskolc, Kandó Kálmán u. 1.

Telefon: 46/332-294

május 10., csütörtök

16:30–17:00 Közeti Védőnői Szolgálat

Kórházban – háborítatlanul. Sokan azonosítják a háborítatlan szülést az otthon vagy a szülésházban történő szüléssel. Ez a film kórházban történt háborítatlan szülésekről szól. **Filmvetítés beszélgetéssel**

3534 Miskolc, Kandó Kálmán u. 1.

Telefon: 46/332-294

május 10., csütörtök

17:00–18:00 Közeti Védőnői Szolgálat

A szülés természete. Az Alternatal Alapítvány 31 perces filmje a háborítatlan vajúdás és a saját törvényei szerint zajló születés csodájáról, a szabad szülés erejéről szól. **Filmvetítés beszélgetéssel**

Nagykanizsa

Hevesi Óvoda

8800 Nagykanizsa, Rózsa u. 17.

Telefon: 20/420-7745

május 12., szombat

09:00–11:00

Aranyfény Civil Egyesület. Családi nap. Az Aranyfény Civil Egyesület családi napján táncbemutatóval, arcfestéssel, ajándékkészítéssel és adományokkal várja a családokat. **Foglalkozás**

Magyar Plakát Ház

8800 Nagykanizsa, Erzsébet tér 14–15.

Telefon: 93/510-031

május 8., kedd

09:00–13:00

Kit érdekel a gyermekvállalás? – konferencia. Az önkormányzat és a helyi civil szervezetek képviselőinek együttgondolkodása a gyermekekért, a családokért. **Konferencia**

17:00–19:00

Kórházban – háborítatlanul. Sokan azonosítják a háborítatlan szülést az otthon vagy a szülésházban történő szüléssel. Ez a film kórházban történt háborítatlan szülésekről szól. **Filmvetítés beszélgetéssel**

május 8., kedd–május 13., vasárnap

Egész nap

Plakátkiállítás a várandósságról, szülésről, születésről. Szüléssel, anyasággal, gyermekvárással, szoptatással, gyermekekkel kapcsolatos plakátok kiállítása.

Mikkamakka Játéktár

8800 Nagykanizsa, Petöfi u. 5.

Telefon: 30/316-7199

május 8., kedd

9:30–12:00

Nyílt nap. A Születés Heten a játéktár ingyenesen áll szolgáltatásaival a családok rendelkezésére. **Játék és tanácsadás. Műhely**

15:00–18:00

Nyílt nap. A Születés Heten a játéktár ingyenesen áll szolgáltatásaival a családok rendelkezésére. **Játék és tanácsadás. Műhely**

május 10., csütörtök

9:30–12:00

Nyílt nap. A Születés Heten a játéktár ingyenesen áll szolgáltatásaival a családok rendelkezésére. **Játék és tanácsadás. Műhely**

15:00–18:00

Nyílt nap. A Születés Heten a játéktár ingyenesen áll szolgáltatásaival a családok rendelkezésére. **Játék és tanácsadás. Műhely**

VOKE Kodály Zoltán Művelődési Ház

8800 Nagykanizsa, Csengery u. 67.

Telefon: 93/311-193

május 9., szerda

10:00–12:00 Nygterem

Popovicsné Ferencz Eleonóra. Örökbefogadás. Gyermekek vársz és nem szeretné? Ismerd meg a lehetőségeit! Beszéljünk az örökbefogadásról, örökbeadásról. **Előadás és beszélgetés**

12:30–14:00 Nygterem

Dr. Tésitsné Bodor Andrea Lili pszichológus. A szoptatás művészete. A Szoptatás című film és az azt követő beszélgetés segíthet az információk letisztulásában, megerősítést adhat a szoptató édesanyjainknak. **Filmvetítés beszélgetéssel**

14:05–14:30 Nygterem

Heizlerné Horváth Mária. Babamasszázs. A 6 hetes és a 2 hónapos kor között alkalmazott babamasszázs segít a szülő-gyermek kapcsolat kialakításában, elmélyítésében. **Bemutató**

14:30–15:00 Nygterem

Harnos Lívia. Családtámogatás. Előadás a családtámogatás rendszeréről és a családtámogatások fajtáiról, az igénylés módjáról, utána tapasztalatsere. **Előadás és beszélgetés**

A programváltoztatás jogát fenntartjuk!



Csipkefa Gyermekkönyvtár
7623 Pécs, Bajcsy-Zsilinszky Endre u. 10.
Telefon: 72/324-385

május 7., hétfő – május 13., vasárnap

■ **Egész nap Kirakat Galéria**
Ha nem lenne a testvérem, ki kéne találni! A korábban meghirdetett gyermekrajzpályázatra beérkezett alkotásokból válogattunk. **Gyermekrajz-kiállítás**

Pécsi Ifjúsági Központ Szivárvány Gyermekháza

7633 Pécs, Dr. Veress E. u. 6.
Telefon: 72/551-052

május 7., hétfő
■ 10:00–10:30

Tasnádi Péter Pécs polgármestere és **Bodor Andrea Lili.** Születés Hete pécsi megnyitója. A vándorlás és kisgyermekes szülőket, édesanyjakat közzöntik anyák napja alkalmából.
■ 10:00–13:00

A Levendula Női Alkotóműhely – LUNA munkatársai. Bababörze. Kinőtt és új ruhák árusítása, csere-béréje, használt és új bababútorok, babakocsik eladása és vétele. Szükséged van valamire? Gyere el! **Vásár**
■ 10:00–13:00

Andrási Jankó Adriána. BioBüfé. Megtalálod az egészséges táplálkozáshoz szükséges alapanyagokat, nassolnivalókat is. Szívesen adok tanácsot az elkészítéssel kapcsolatban is. **Ételköstölő, bemutató, beszélgetés és vásár**
■ 10:30–11:00

Szalai Klára és Lucskai Ágnes. Anyák napi köszöntő. Magyar népdalokat és verseket, valamint közkedvelt, az anyasággal kapcsolatos szerzeményeket adnak elő, tisztelegve az anyaság előtt. **Köszöntő**
■ 11:00–12:00

Márkus Színház. Benedek Elek: Laci királyfi. Hogy a kicsik se unakozzanak, nekik is kedveskedünk a megnyitó napján zenés, ritmikus, a fantáziát megmozgató mesejátékkal. **Mesejáték**

Egész napos programok

A MODULE dülái. Dúlaügyelet.

Bornemiszsa Ágnes védőnő, gyásztanácsadó. Adj szót fájdalomnak... Ha várandósság alatt, vagy szülés körül elvesztett gyermekedet, és szeretnéd ezt megosztani, gyere, beszélgetessünk. 30/424-1117, bornagi@freemail.hu **Beszélgetés-tanácsadás**

MAVE tagjai. EgészségPont. MAVÉ tagjainak tevékenysége: dietetikai tanácsadás, vérnyomás-, testsúly-, testszirszázalék-, vércukorszint-mérés stb. **Egészségügyi mérések és tanácsadás**

Civil Infó. Nőkkel, anyákkal, gyermekkel, családokkal foglalkozó civil szervezetek bemu-

tatkozása. Kiadványait, szolgáltatásait ismerhetik meg az érdeklődők. **Bemutató és vásár**

Wagner Krisztina. Hordozókendő-bemutató és -tanfolyam. A babahordozás és a hordozókendő előnyei. A legkényelmesebb kendőkötési módok bemutatása és közös gyakorlása. Információ: 30/458-2431. **Bemutató és vásár**

május 8., kedd
■ 9:00–9:30

Baliné Valkai Anita. Ringató. Énekes, játékos, mondóka foglalkozás vándorós kismamáknak, anyukáknak, és három év alatti gyermekeknek. www.ringatohu.hu, 70/369-3068. Belépő: 400 Ft. **Zenés foglalkozás**
■ 10:00–12:00

A Pécsi Ifjúsági Központ Szivárvány Gyermekháza munkatársai. A játék szerepe a gyermekek fejlődésében. Mivel mikor érdemes játszani, játszani a kisgyermeket? Szülővel? Türelemes és türelmetlen szülők? Műanyag- vagy fajtátek? **Vitaindító beszélgetés**

május 9., szerda
■ 10:00–12:00

A Pécsi Ifjúsági Központ Szivárvány Gyermekháza munkatársai. Regió Játék – Baba-mamaklub. Szeretettel várjuk az anyukákat és gyermekeiket egy közös délelőtti, az édesanyák érdekes témákkal ismerkedhetnek meg, míg a babák játszanak. **Foglalkozás**

május 12., szombat
■ 10:00–11:00

Holló Együttes. Gyermekmúsor kicsiknek és nagyoknak. Hogy a kicsik se unakozzanak nekik is kedveskedünk a megnyitó napján zenés, ritmikus – a fantáziát megmozgató mesejátékkal. Belépő: 700 Ft. **Mesejáték**

Művészetek Háza

7621 Pécs, Széchenyi tér 7.

május 12., szombat
■ 15:00–16:00

Dr. Tétsiné Bodor Andrea Lili pszichológus. A szoptatás művészete. A Szoptatás című film és az azt követő beszélgetés segíthet az információk letisztulásában, megerősítést adhat a szoptató édesanyáknak. **Filmvetítés beszélgetéssel**
■ 15:00–21:00

Klubterem
Siratószoba az el nem sírt könnyekért, elvesztett magzatainkért. Magzataikat vagy újszülött kisbabájukat elvesztett szülők részére nyújt segítséget gyászuk feldolgozásában.

Siratószoba
■ 16:00–17:00

Bodor Andrea Lili és Harmat Hajnal szülésfelkészítők. Szülésfelkészítés más-kepp. Független szülésfelkészítés. „Együtt szülni” szülésfelkészítő tréning bemutatása, mitől más, mint a hagyományos tanfolyamok. **Műhely**

17:00–18:00 Klubterem
Bornemiszsa Ágnes védőnő, gyásztanácsadó. Adj szót fájdalomnak... Ha várandósság alatt, vagy szülés körül elvesztett gyermekedet, és szeretnéd ezt megosztani, gyere, beszélgetessünk. 30/424-1117, bornagi@freemail.hu. **Beszélgetés-tanácsadás**

17:00–17:45 Nagyerem
Ósz László. Apák Klubja – Férfívá lenni, apává érni. Férfiak felkészítése a szülésre és szülésre, apaságra. Gyermek születése férfiszemmel. A pécsi program bemutatása. **Interaktív előadás**
■ 17:45–18:15

Szünet. A programok közötti szünetekben lehetőség nyílik támogatónk által felajánlott ételek és italok kóstolására. **Ételköstölő**
■ 18:15–19:15

Báder György pszichológus, asztrológus. A nőiség különböző megélései. A nőkben lakó különböző lélekerők, illetve a férfiak felkeltő rejtőző női erő és ezek lehetséges megélései. További információ: 30/940-6789. **Előadás**
■ 19:30–20:00

Indzi Deniz hástáncoktató és táncművész. Keleti női praktikák a fiatalág megőrzésére. Hogyan örvendezessük meg társunkat a keleti tánc szépségeivel. A hástánc kapcsolata a szexualitással. www.indzideniz.hu. **Előadás**
■ 20:00–20:15

Indzi Deniz hástáncoktató és táncművész. Vénusz születése. A nővé válás szimbolizációja. Speciális mozgásforma test, lélek és szellem számára. A hástánc terdifició és a modern tánc ötvözete. **Hástánc, mozgásművészet**
■ 20:00–21:00

Indzi Deniz tanítványai. Asszony-csoport hástáncbemutatója. Érett nők táncia, akik egyszerűen csak jól akarják magukat érezni tánc közben, kifejezni önmagukat, kiteljesedni a táncban. **Hástánc**
■ Egész nap

Nagyerem
A MODULE dülái. Dúlaügyelet.

Környezetünkért Közalapítvány
„A környezetbarát otthon megeremtéséért”

7621 Pécs, Király u. 21.
Telefon: 72/211-681.

május 8., kedd
■ 10:00–12:00

A MODULE dülái. Dúlaügyelet.
■ 10:00–11:00

Wagner Krisztina. Környezetkímélő pelenkázás. Pelenka kell, mindegy mit használunk?! MONOPEL típusú mosható pelenka bemutatása. Környezetbarát, bőrkímélő és gazdaságos textilpenekázás. **Bemutató**
■ 11:00–12:00

Wagner Krisztina. Közlekedés – hordozókendővel. A Levendula Női Alkotóműhely (LUNA) „Környezetbarát otthon megeremtéséért” programja keretében: Filmvetítés a kendőről, beszélgetéssel egybekötve. **Filmvetítés beszélgetéssel**

17:00–19:00
A MODULE dülái. Dúlaügyelet.

17:00–18:00
Lehócz Dóra. Tisztaság – természetesen! Tisztaság természetesen! Amit a környezetünkért teszünk, azt hosszú távon a gyermekeinkért tesszük. A mosodóióhéj és a folteltisztító szó bemutatása. **Bemutató és vásár**
■ 18:00–19:00

Márcz Éva Környezetünkért Közalapítvány munkatársa. Milyen a tudatos vásárló? Hogyan lehet kevesebbet költeni azzal, hogy megváltogajuk mi az, amire valóban szükségünk van? Mi az a szelektív hulladékgyűjtés? **Előadás és beszélgetés**

Tesz-Vesz Kuckó Játsszóház
7621 Pécs, Szent Mór u. 5.
Telefon: 72/211-258.

május 7., hétfő – május 12., szombat
■ 9:00–12:30, 16:00–18:30, illetve a programok ideje alatt

Tesz-Vesz Kuckó Játsszóház. Egy hely, ahová bármikor betérhetsz a gyermekkel. Egy hely, mely lehetővé ad a gyermekkel való játékos együttélére, szülőikkel és szakemberekkel való találkozássra, ahol szoptató- és pelenkázóhelyiség áll rendelkezésedre. **Játsszóház, gyermekfelügyelet**

május 9., szerda
■ 9:00–13:00

A MODULE dülái. Dúlaügyelet.
■ 10:00–11:00

A MODULE dülái. Támogató jelenlét: a dúla szerepe. Miért választanak a várandós nők dúlát? A Dúlafilm készítői a leghitelesebb válasz érdekében magukat a várandósokat kérdezik erről. **Filmvetítés beszélgetéssel**
■ 10:00–11:00

Iveszicsné Varga Tünde védőnő, babamasszázs-oktató. Babamasszázs – az érintés hatalma. Az újszülöttkori testi érintés fontosságát, jótékony hatását a természeti népek már évszázadok óta tudják. **Előadás és gyakorlatok**
■ 17:30–19:30

A MODULE dülái. Dúlaügyelet.
■ 17:30–18:30

Bodor Andrea Lili és Harmat Hajnal szülésfelkészítők. Bába- és dúlapraktikák, szülésfelkészítés más-kepp. Szülésznő és dúla beszélgetnek illetve mutatják be a fájdalomcsillapítás alternatív lehetőségeit. Vajúldásmogatás: labda, Rebozo-kendő, illóolajok stb. **Interaktív előadás és bemutató**
■ 18:30–19:30

Ósz László. Apák Klubja – Férfívá lenni, apává érni. Férfiak felkészítése a szülésre és szülésre, apaságra. Gyermek születése férfiszemmel. A pécsi program bemutatása. **Interaktív előadás**

május 12., szombat
■ 10:00–13:00

A MODULE dülái. Dúlaügyelet.
■ 10:00–11:30

Bodor Andrea Lili és Harmat Hajnal szülésfelkészítők. Születnek így is. Barbara Harper azonos című könyve alapján ez a film olyannak mutatja be a szülést, amilyennek minden asszony szeretné, hogy legyen. **Filmvetítés beszélgetéssel**
■ 11:30–13:00

Kórházban – háborítatlanul. Sokan azonosítják a háborítatlan szülést az otthon vagy a születésházban történő szüléssel. Ez a film kórházban történt háborítatlan szülésekről szól. **Filmvetítés beszélgetéssel**

PTE ÁOK Születési és Nőgyógyászati Klinika. Tornaterem (régii épület, III. emelet)
7624 Pécs, Édesanyok útja 17.
Telefon: 72/536-001/5110

Füge Istvánné Kati. Gyógytornász várja a mozogni kívánó kismamákat. Édeklődni a 30/281-7361 telefonszámon lehet.

május 8., kedd
■ 10:15–11:00

Várandóstorna. Mozgásmozgató várandós kismamák részére. **Foglalkozás**
■ 13:45–14:45

Szülés alatti légzéstechnika, testhelyzetek. Igény esetén gyakorlás a pároddal. Bejelentkezés szükséges a 30/281-7361 telefonszámon. **Műhely**

május 9., szerda és május 11., péntek
■ 10:00–11:00

Baba-mamatorna. Szeretettel várjuk a foglalkozásra a mamákat és a babákat egyaránt. Az együtt tornázás mellett ez jó lehetőség beszélgetni a többi kismamával. **Foglalkozás**
■ 10:15–11:00

Várandóstorna. **Foglalkozás**
■ 13:45–14:45

Szülés alatti légzéstechnika, testhelyzetek. **Foglalkozás**

Pécsi Ifjúsági Ház
7621 Pécs, Nagy Lajos király u. 13.

május 10., csütörtök
■ 10:00–10:30

Baliné Valkai Anita. Ringató. Énekes, játékos, mondóka foglalkozás vándorós kismamáknak, anyukáknak, és három év alatti gyermekeknek. www.ringatohu.hu, 70/369-3068. Belépő: 400 Ft. **Zenés foglalkozás**

Apáczai Nevelési és Általános Művelődési Központ

7632 Pécs, Apáczai körút 1.
Telefon: 72/550-600

május 8., kedd
■ 10:30–11:00

Baliné Valkai Anita. Ringató. Énekes, játékos, mondóka foglalkozás vándorós kismamáknak, anyukáknak, és három év alatti gyermekeknek. www.ringatohu.hu, 70/369-3068. Belépő: 400 Ft. **Zenés foglalkozás**

Egyházmegyei Katolikus Caritas
7621 Pécs, János Pannonius u. 4.

május 7., hétfő
■ 16:00–18:00

Konferenciaterem
Bíró László püspök. Születés és család. A szülés és az anyaság, a Biblia tükrében. A családok helyzete ma Magyarországon. További információ: Forray Ferencné 72/532-208. **Előadás és beszélgetés**

Hullámfürdő
7623 Pécs, Szendrey J. u. 7.
Telefon: 72/512-935

május 8., kedd és május 10., csütörtök
■ 12:00–13:00

Molich Emese. Kismama-vízitorna (Aqua-jogging). A gerincnek és az ízületeknek jóit tesz a súlytalan lebegés a vízben. Segíti az ellazulást is. Időpontjegyzetés: 30/546-6316. **Vízifoglalkozás**

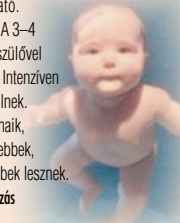
Wellness Villa
7635 Pécs, Nagyszokói út 4.
Telefon: 72/514-760

május 11., péntek
■ 15:30–16:00 és 16:00–16:30

Stoller Katalin testnevelő tanár, babaúszás-oktató. Babaúszás. A 3–4 hónapos babák szülővel vannak a vízben. Intenzíven mozognak, merülnek. Erősödnék az izmaik, a tüdejük, edzettekbe, ellenállóképesebbek lesznek. **Bemutató-foglalkozás**

május 12., szombat
■ 11:00–12:00

Pannon Filharmonikusokból alakult vonósnyegye. Mozart – babáknak. Hóbárné Büttner Orsolya, Morvay Ágnes, Ján Fruzsina, Hartlyáni Zsuzsanna. Mozart zenéje kedvező hatással a magzatokra, csecsemőkre. Belépő: 700 Ft. **Élőzenei koncert**



A programváltoztatás jogát fenntartjuk!



■ 13:00–14:00
Varga Viktória. Mi fán terem a retextílt? Az előadásoknak is helyt adó épület előterében újrafeldolgozott textilből készült használati tárgyak bemutatója, vására. **Retextil-kiállítás és -vásár**

Meseház Waldorf Óvoda
2111 Szado, Székely B. u. 22.
Telefon: 20/399-8110

május 12., szombat
■ 11:00–12:00
Hadnagy Judit. A születés csodája – alternatívák. A születés csodájáról beszélgetünk születéskísérőkkel, anyákkal, óvónőkkel, dúlával egy Waldorf óvoda különleges hangulatú helyiségében. **Beszélgetés**

Szeged

Szegedi Születés Fesztivál
Alsóvárosi Kultúrház (Kapca)
6725 Szeged, Rákóczi u. 1.

május 11., péntek
■ 15:00–15:30 Nagyerem
Endrei Judit. Unnepélyes megnyitó. Endrei Judit, a Szegedi Születés Fesztivál fővédőnője nyitja meg a háromnapos Fesztivált. A Szegedi Születés Fesztivál házigazdája M. Toronykőy Márta.

■ 15:00–16:00 Tüköterem
Iván Eszter. Kismamahastánc – várandósoknak. A várandósoknak ajánlott mozgásformáról beszélgetünk és közösen elvégzünk néhány gyakorlatot a speciális igényekhez kialakított hastáncmozdulatokból. **Bemutató-beszélgetés**

■ 15:30–16:30 Földszinti kisterem
Carolino munkatársa. Hordozókendő és biopelenka. A cég munkatársa a Carolino által forgalmazott hordozókendő és biopelenka használatába avat be, amelyekből a helyszínen vásárolni is lehet. **Bemutató és vásár**

■ 15:30–15:45 Nagyerem
A rajzverseny eredményhirdetése. A város iskoláiban Család, Anyaság témában meghirdetett rajzpályázat unnepestélyes eredményhirdetése.

■ 15:45–16:35 Nagyerem
Dr. Németh Gábor. Korunk születészetének legaktuálisabb kihívásai. Dr. Németh Gábornak, a SZOTE Szülészeti és Nőgyógyászati Klinika egyetemi docensének előadása a szülészet fejlődéséről. **Előadás**

■ 16:00–18:00 Emeleti kiállítóterem
Csapi Benőné. ÖKONET termékek. ÖKONET egészségmegőrző termékek (vizitisztítók, táplálékkiegészítők, tisztítószer) bemutatója és vására. **Bemutató és vásár**

■ 16:00–17:00 Tüköterem
Isaszegi Katalin (Geszasz Nila). Kismamajóga. Módosított jógyakorlatok, légzőgyakorlatok, gátizom-torna és mélyrelaxáció segítségével még szebbé tehetik a kismamák várandósságuk időszakát. **Foglalkozás**

■ 16:30–17:30 Földszinti kisterem
Endrei Judit. Anyaság és karrier. Kérdés-és felkiáltójelek a gyermekvállalásban... Mikor van itt az idő gyermeket vállalni a mai világban – avagy mikor felkészült egy nő a szülésre? **Beszélgetés**

■ 16:35–17:15 Nagyerem
Tóth Erzsébet. A szülésznői szerep változása. Tóth Erzsébetnek, a SZOTE Szülészeti és Nőgyógyászati Klinika osztályvezető szülésznőjének előadása a szülésznői szerep változásáról. **Előadás**

■ 17:00–18:00 Tüköterem
Vidovencez Andrea. A mama öröme – a baba öröme. Előadás és rövid bemutató-foglalkozás arról, hogyan tarisunk önmagunkat egészségesen és fitten szülés előtt és után a tánc segítségével. **Interaktív előadás**

■ 17:15–18:30 Nagyerem
Yenisei. A világ születése. Yenisei, Földi Ágnes és Zsirmik István, két zenélő, éneklő, regélő ember. Mesék és dalok a világ, az ember születéséről Szibériából és Közép-Ázsiából. **Napzáró koncert**

■ Egész nap Nagyszínpad melletti terem
A Nagyszínpadon elhangzott előadások előadói. Előadást követő tanácsadások. Az előadásokat követően lehetőséget adunk valamennyi előadóval való személyes találkozóra, személyes kérdésekre.

■ Egész nap Bejárni előter
Carolino munkatársa. Hordozókendő és biopelenka. A cég munkatársa a Carolino által forgalmazott hordozókendő és biopelenka használatába avat be, amelyekből a helyszínen vásárolni is lehet. **Bemutató és vásár**

■ Egész nap Bejárni előter
Forrásvíz Klub. Ezoterikus könyvesbolt és apró ajándéktárgyai. A Szegedi Születés Fesztivál ideje alatt a Forrásvíz Ezoterikus könyvesbolt könyveit és ajándéktárgyait vásárolhatják meg a kedves érdeklődők. **Vásár**

■ Egész nap Emeleti kiállítóterem
Képző- és iparművészek, amatőr alkotók. Képző- és iparművészek az anyaságról, a szülésről. Kiállításunkon képző- és iparművészek, valamint amatőr alkotók az anyaságról és a szülésről ihletett munkáit csodálhatják meg a kedves látogatók. **Kiállítás**

■ Egész nap Büfé
Büfé. Az előadások között az Alsóvárosi Kultúrház megújult büféjében frissítőkkel, könnyű harapnivalóval olthatja szomját, éhségét minden vendégünk! **Vásár**

■ Egész nap Udvari klubszoba
Gyermekmegőrzés. Hogy a szülők tudjanak figyelni az előadásokra, esetleg jóga- vagy meditációs foglalkozáson vesznek részt, mi vigyázunk gyermekeikre!

■ Egész nap Bejárni előter
Táplálék Allergia Centrum munkatársa. Nemcsak allergiásoknak! Szegeden működő bolt ételkóstolója és vására tej-, tojás-, lisztérzékenyeknek ajánlott termékeiből. **Ételkóstoló**

május 12., szombat
■ 9:00–13:00 Emeleti kiállítóterem
Horváth Piroska. Kender-kézműves foglalkoztató gyermekek részére. A kender-kézműves foglalkoztatón az érdeklődő szülők és gyermekek elsajátíthatják a makramézás és a természetes kenderalapú technikákat. **Foglalkozás**

■ 9:00–10:00 Nagyerem
Hrabovszky Monika Mária. Dúla szerepe – gyermekvállalás, várandósság, szülés misztériuma. A dúla a szülő anyja lelki segítőtársa. A szülés természetes folyamat, amelyre a dúla szeretettel és elfogadással készíti fel a kismamát. **Előadás**

■ 9:00–10:00 Tüköterem
Isaszegi Katalin (Geszasz Nila). Kismamajóga. Módosított jógyakorlatok, légzőgyakorlatok, gátizomtorna és mélyrelaxáció segítségével még szebbé tehetik a kismamák várandósságuk időszakát. **Foglalkozás**

■ 9:00–10:00 Földszinti kisterem
A kengurumódszer. A kismamák újszülöttet gyorsabban fejlődőnek, nyugodtabbak, ha közvetlen bőrkontaktust teremtenek a gyermek és gondozója között. **Filmvetítés beszélgetéssel**

■ 10:00–12:00 Földszinti kisterem
Gellért Beáta. Egymásra hangoló-dás művészet a meditációban. A szeretet létfonosságú a születendő gyermek számára. Ezt az egymásra hangoló-dást már magzati korban elkezdhetjük a meditáció segítségével.

■ 10:00–11:00 Tüköterem
Műhelyfoglalkozás beszélgetéssel
■ 10:00–11:00 Tüköterem
Isaszegi Katalin (Geszasz Nila). Baba-mamajóga. A szülés után elkezdett babás jóga növeli a megszerzett bensőséges kapcsolatot anya és gyermeke között, amely egyben fizikai és mentális tréning is. **Foglalkozás**

■ 10:00–11:00 Nagyerem
Lancsin Zsuzsanna – Werner Katalin. Az élet első órája – az aranyóra. „Megszülettem? Fáj. Félek. Anya, hol vagy?” Az ismerkedés legérzékenyebb ideje ez, az emlékek bevesződnek. Tervezhetjük-e, hogyan fogadjuk az érkezőt? **Előadás**

■ 11:00–12:00 Nagyerem
Fodor Gábor. Labirintus, avagy szülők a kismegemnevelés útvesztőjében. A saját élmények alapján előadás arra keresi a választ, hogyan lehet eligazodni gyermekeink személyiségfejlesztése által eléntt tett akadályok közt. **Előadás és beszélgetés**

■ 11:00–12:00 Tüköterem
Nógrádi László István (Nawesh). Gyermekjóga. A jóga gyakorlása nem csak a felnőtteknek, de a gyerekeknek is nagyon hasznos. Egyszerű egészségmegőrző, önismereti módszer – játékos formában. **Foglalkozás**

■ 12:00–12:30 Földszinti kisterem
Carolino munkatársa. Hordozókendő és biopelenka. A cég munkatársa a Carolino által forgalmazott hordozókendő és biopelenka használatába avat be, amelyekből a helyszínen vásárolni is lehet. **Bemutató és vásár**

Carolino által forgalmazott hordozókendő és biopelenka használatába avat be, amelyekből a helyszínen vásárolni is lehet. **Bemutató és vásár**

■ 12:00–13:00 Nagyerem
Gaborjáné Kovács Judit védőnő, mentálhigiénés szakember. Szoptatni jó. Előadás a szoptatásról, a babáról és a családról. Ki tud szoptatni? Mit tegyek, hogy nekem is sikerüljön? **Nappalok és éjszakák. Előadás**

■ 12:00–13:00 Tüköterem
Nógrádi László István (Nawesh). Gyermekjóga. A jóga gyakorlása nem csak a felnőtteknek, de a gyerekeknek is nagyon hasznos. Egyszerű egészségmegőrző, önismereti módszer – játékos formában. **Foglalkozás**

■ 12:30–13:30 Földszinti kisterem
Születnek így is. A szülés élménye meghatározó egy nő életében. A film úgy mutatja be a szülést, amilyennek minden asszony szeretné. **Filmvetítés beszélgetéssel**

■ 13:00–14:00 Nagyerem
Dr. Takáts István. A homeopátia alkalmazása a várandósság alatt. Előadásomban a várandósság alatt alkalmazható homeopátiás szerek bemutatását és alkalmazását ismertetem különböző esetek bemutatásán keresztül. **Előadás**

■ 13:00–14:00 Tüköterem
Molnár Edit Virág. Intim női torna. Kriston Andrea által kidolgozott intimtorna életmód-program bemutatása saját és tanfolyamok tartása során szerzett tapasztalatok alapján. **Interaktív előadás**

■ 13:30–15:30 Földszinti kisterem
Csapi Benőné. ÖKONET termékek. ÖKONET egészségmegőrző termékek (vizitisztítók, táplálékkiegészítők, tisztítószer) bemutatója és vására. **Bemutató és vásár**

■ 14:00–15:00 Nagyerem
Dr. Kalmár Gyergely. A táplálkozás és a meddőség összefüggése. Az előadásban szó lesz a párválasztás genetikai alapjairól, a nemestés és a táplálkozás rendszerének sürgősségi átgondolásáról. Mi ehető és iható? **Előadás**

■ 14:00–17:00 Tüköterem
Fodor Gábor. Apaszerepek, avagy miért nehéz apának lenni. Apának lenni nehéz, főleg a szülés utáni első fél évben. A pszichodráma módszerrel vizsgáljuk az apaszerepeket, két apuka vezetésével. **Műhely pszichodramatikus elemek**

■ 14:00–18:00 Emeleti kiállítóterem
Waldorf óvónők. Waldorf foglalkoztató. A Szegedi Waldorf Óvoda óvónői tartanak érdeklődő gyermekek részére Waldorf-foglalkoztató termézetes anyagokkal. **Foglalkozás**

■ 15:30–17:30 Földszinti kisterem
Gellért Beáta. Egymásra hangoló-dás művészet a meditációban. A szeretet létfonosságú a születendő gyermek számára. Ezt az egymásra hangoló-dást már magzati korban elkezdhetjük a meditáció segítségével.

Műhelyfoglalkozás beszélgetéssel
■ 16:00–17:00 Nagyerem
Benkovics Irén. Jövőkép-szervíz. A kismamák sokjaita gondolata a szülésről, az anyaságról, a családról. Van-e értéke a gyermeknek, az anyaságnak? Szellemi utazásra hívom Önöket! **Előadás filmvetítéssel**

■ 17:00–18:00 Nagyerem
Éles Vilmosné Gizike. Egészséges táplálkozás a várandósság alatt. A várandósság alatt fontos odafigyelni az egészséges táplálkozásra is. Előadásomban az új táplálkozási „ház” alapján kóstolással egybekötve adok ötleteket. **Kóstolóval egybekötött előadás**

■ 17:00–18:00 Tüköterem
Iván Eszter. Kismama-hastánc – várandósoknak. A várandósoknak ajánlott mozgásformáról beszélgetünk és közösen elvégzünk néhány gyakorlatot a speciális igényekhez kialakított hastáncmozdulatokból. **Bemutató-beszélgetés**

■ 17:30–18:30 Földszinti kisterem
A szoptatásról. A film a kizárólagos szoptatásról, annak szépségeiről, nehézségeiről szól. Hogyan szoptassunk, mire ügyeljünk? **Filmvetítés beszélgetéssel**

■ 18:00–19:30 Nagyerem
Érintések Improvizációs Színpad. Érintéseink – érzéseink – érzelmeink. A szereplők az ősi improvizációs színházi technikájával „visszajátsszák” a közönség által elmesélt hangulatokat, érzéseket, történeteket. **Színházi előadás**

■ Egész nap Nagyszínpad melletti terem
A Nagyszínpadon elhangzott előadások előadói. Előadást követő tanácsadások. Az előadásokat követően lehetőséget adunk valamennyi előadóval való személyes találkozóra, személyes kérdésekre.

■ Egész nap Bejárni előter
Carolino munkatársa. Hordozókendő és biopelenka. A cég munkatársa a Carolino által forgalmazott hordozókendő és biopelenka használatába avat be, amelyekből a helyszínen vásárolni is lehet. **Bemutató és vásár**

■ Egész nap Bejárni előter
Forrásvíz Klub. Ezoterikus könyvesbolt és apró ajándéktárgyai. A Szegedi Születés Fesztivál ideje alatt a Forrásvíz Ezoterikus könyvesbolt könyveit és ajándéktárgyait vásárolhatják meg a kedves érdeklődők. **Vásár**

■ Egész nap Emeleti kiállítóterem
Képző- és iparművészek, amatőr alkotók. Képző- és iparművészek az anyaságról, a szülésről. Kiállításunkon képző- és iparművészek, valamint amatőr alkotók az

anyaságról és a szülésről ihletett munkáit csodálhatják meg a kedves látogatók. **Kiállítás**

■ Egész nap Büfé
Büfé. Az előadások között az Alsóvárosi Kultúrház megújult büféjében frissítőkkel, könnyű harapnivalóval olthatja szomját, éhségét minden vendégünk! **Vásár**

■ Egész nap Udvari klubszoba
Gyermekmegőrzés. Hogy a szülők tudjanak figyelni az előadásokra, esetleg jóga- vagy meditációs foglalkozáson vesznek részt, mi vigyázunk gyermekeikre!

■ Egész nap Bejárni előter
Táplálék Allergia Centrum munkatársa. Nemcsak allergiásoknak! Szegeden működő bolt ételkóstolója és vására tej-, tojás-, lisztérzékenyeknek ajánlott termékeiből. **Ételkóstoló**

május 13., vasárnap
■ 9:00–13:00 Emeleti kiállítóterem
Horváth Piroska. Kender-kézműves foglalkoztató gyermekek részére. A kender-kézműves foglalkoztatón az érdeklődő szülők és gyermekek elsajátíthatják a makramézás és a természetes kenderalapú technikákat. **Foglalkozás**

■ 9:00–10:00 Földszinti kisterem
Hrabovszky Monika Mária. Dúla-trükkök. Megnézzük és kipróbáljuk, milyen dúla-trükkök segítik a vajúds folyamatát, akár körhízi körülmények között. **Foglalkozás**

■ 9:00–10:00 Nagyerem
Szegeden működő baba-mama klubok találkozója. A Szegeden működő különböző szervezésű baba-mama klubok szervezői várják, hogy bemutalhassák klubjukat az érdeklődőknek. **Bemutató**

■ 9:00–10:00 Tüköterem
Ráczné Gyémánt Andrea. Érintés meg. Babamasszázs bemutató anyáknak és kismamáknak. A masszázis, az érintés szerepe az anya-gyermekkapcsolat kialakításában. **Bemutató-beszélgetés**

■ 10:00–11:00 Nagyerem
Fekete Éva. A születés- és szüléskori lelki traumák oldása kineziológiával. Előadásomban példákon keresztül bemutatom, hogy a kineziológia módszerével lehetőség van megtalálni és oldani a születési/szüléskori blokkokat. **Előadás**

■ 10:00–11:00 Földszinti kisterem
Gaborjáné Kovács Judit védőnő, mentálhigiénés szakember. Szoptatós műhely. Hogyan szoptassam kisbabámat? Sokszor merül fel a kérdés az először, de a többször szült kismamánál is. **Erről beszélgetünk a műhelyfoglalkozáson.** **Műhelyfoglalkozás beszélgetéssel**





■ 11:00–13:00 Nagyszínpad melletti terem
Fekete Éva. Kineziológiai. Kineziológiai tanácsadás a szülés és szülésés körüli blokkok okainak feltárásáról és oldásáról. **Tanácsadás**
 ■ 11:00–12:00 Földszíni kisterem
Gedainé Szekeres Ibolya. Beilleszkedési problémák beteg, diétázó óvodáskorú gyermekeknél. Egy gyakorló óvónőt hallgathatunk meg a tartósság beteg óvodások beilleszkedési gondjairól, és ötleteket kapunk milyen játékokkal oldhatók ezek a problémák. **Interaktív előadás**

■ 11:00–12:00 Nagyterem
Szabó Norbert. Bach-virágterápia a mindennapokban. Bach-virágterápia a mindennapokban. Várandósság, szülés és a gyermekégy negatív lelki folyamatainak átalakítása a virágok segítségével. **Előadás**
 ■ 12:00–13:00 Nagyterem

Ács Péterné, Kovács Zsuzsa, Varga László. Sütőipari termékek lisztérzékeny- és cukorbeteg-diétában. A szegedi Gabonatermesztési Kutató Kht. által kifejlesztett Diabet-Mix diabetikus sütő- és tésztaipari termékcsalád bemutatása. **Bemutatóval egybekötött előadás**

■ 12:00–13:00 Földszíni kisterem
 A szülés természete. Az Alternatív Alapítvány 31 perces filmje a háborítatlan vajúdas és a saját törvényei szerint zajló szülés csodájáról, a szabad szülés erejéről szól. **Filmvetítés beszélgetéssel**
 ■ Egész nap Bejárni előlér

Ács Péterné, Kovács Zsuzsa, Varga László. Sütőipari termékek lisztérzékeny- és cukorbeteg-diétában. A szegedi Gabonatermesztési Kutató Kht. által kifejlesztett Diabet-Mix diabetikus sütő- és tésztaipari termékcsalád bemutatása. **Bemutatóval egybekötött előadás**

■ Egész nap Bejárni előlér
Carolino munkatársai. Hordozókenő és biopelenka. A cég munkatársai a Carolino által forgalmazott hordozókenő és biopelenka használatába avat be, amelyekből a helyszínen vásárolni is lehet. **Bemutató és vásár**
 ■ Egész nap Bejárni előlér

Forrásvíz Klub. Ezoterikus könyvesbolt és apró ajándéktárgyai. A szegedi Születés Fesztivál ideje alatt a Forrásvíz Ezoterikus könyvesbolt könyveit és ajándéktárgyait vásárolhatják meg a kedves érdeklődők. **Vásár**
 ■ Egész nap Emeleti kiállítóterem

Képző- és iparművészek, amatőr alkotók. Képző és iparművészek anyaságról, szülésről. Kiállításunkon képző- és iparművészek, valamint amatőr alkotók az anyaságról és a szülésről ihletett munkáit csodálhatják meg a kedves látogatók. **Kiállítás**
 ■ Egész nap Büfé
 Büfé. Az előadások között az Alsóvárosi Kultúrház megújult büféjében frissítőkkel, könnyű harap-

nivalóval olthatja szomját, éhségét minden vendégünk! **Vásár**
 ■ Egész nap Udvari klubszoba
Gyermekmegőrzés. Hogy a szülők tudjanak figyelni az előadásokra, esetleg jóga- vagy meditációs foglalkozáson vesznek részt, mi vigyázunk gyermekeikre!

Magyar Máltai Szeretetszolgálat Játzótere
 6723 Szeged, Retek utca
 Telefon: 62/467-486

május 7., hétfő
 ■ 10:00–12:00
Jágerné Majoros Éva. A szegedi Szoptatós Csoport működése. Két éve működik egy egyedülálló baba-mamacsoporthoz Szegeden, ahol kizárólag szoptatással kapcsolatos témákkal foglalkozunk. **Bemutató-tanácsadás**

Szekszárd
Esélyek Háza
 7100 Szekszárd, Béla tér 6.
 Telefon: 74/510-544

május 7., hétfő
 ■ 10:00–10:15
 Megnyitó. A programsorozat megnyitó beszéde mellett sor kerül a „Szülő és gyermeke” című fotókiállítás megnyitójára is.
 ■ 10:15–11:45

Antoni Adrienn. Elég jó anya szeretnék lenni.... Elsősorban kisgyermekes édesanyáknak szól a program, akik este, ha elcsendesült a ház így fohászkodnak: Legyek csak elég jó anya!
Beszélgetés
 ■ 14:00–15:30

Csákö Fruzsina. A szoptatás első hete. Kötetlen beszélgetés a szülésről, a szoptatás első napjairól, a lehetséges problémákról. Tények és tévhitek. **Beszélgetés**
 ■ 15:45–17:00

Csákö Fruzsina. Babahordozókenő. Babahordozókenő-bemutató és -tanfolyam. Rövid ismertető a hordozókenő előnyeiről. A leggyakoribb kötési módok bemutatása és közös gyakorlása. **Bemutató**

május 7., hétfő–május 10., csütörtök
 ■ Egész nap Kuckó
Óvónőjelöltek. Játzóház. A programok alatt gyermekjátzó működik gyermekfelügyelettel, színes programokkal minden korosztály számára. **Gyermekfelügyelet**

május 8., kedd
 ■ 10:00–11:30
Nyikოსné Gondos Mónika. Babamasszázs. A foglalkozáson a szülők megismerkedhetnek a masszázssal jótékony hatásával és lehetőségek nyílnak, hogy saját csecsemőiken próbálják ki a mozdulatokat. **Műhely**

■ 14:00–15:45
Antoni Adrienn. Anya szeretnék lenni... Ez a program elsősorban azoknak a nőknek szól, akik vágnak arra a gyermekre, aki várat magára, hogy Anyává tegye őket. **Interaktív előadás**
 ■ 16:00–17:30

Antoni Adrienn. Jó anya szeretnék lenni.... A beszélgetés elsősorban várandós nőknek szól, akik talán gyakran fogalmaznak meg önmagukban a vágyat: Szeretnék jó anya lenni. **Beszélgetés**

május 9., szerda
 ■ 10:00–12:00
Novák Julianna. Szülésélmények. Van-e lehetőségünk a hétköznapok sodrásában arra, hogy a szülésünk során megélt élményeinket az elmesélésnél mélyebben, tudatosabban is feldolgozzuk? **Műhely**
 ■ 13:00–15:00

Novák Julianna. A szülésről – természetesen. Hogyan zajlott és hogyan zajlik ma: a természeti népeknél, a civilizált világ medikalizált intézményeiben és intézményen kívül, a családok otthonában? **Interaktív előadás**
 ■ 16:00–18:00

Hoppál Bori. Szülj szíved szerint! Kétórás izelítő Hoppál Bori testtudat-oktató hat alkalomból álló programsorozatából. **Műhely**
 ■ Egész nap Kuckó
Óvónőjelöltek. Játzóház. A programok alatt gyermekjátzó működik gyermekfelügyelettel, színes programokkal minden korosztály számára. **Gyermekfelügyelet**

május 10., csütörtök
 ■ 10:00–11:30
Fekete Mária. Intimtorna. A Kriston Andrea által kidolgozott intimtorna-tanfolyam bemutatása, gyakorlati használat személyes, kismamák körében szerzett tapasztalatainak átadása **Előadás és beszélgetés**
 ■ 11:45–13:15

Broviacné Stallenberger Anita. A szoptatás varázsa. Beszélgetés a szoptatás kapcsán az anyaságról, az anya-gyermek kapcsolat rejtelmeiről, mindezt védőnői szemmel. **Előadás és beszélgetés**
 ■ 14:30–16:00

Jakabné Csapó Csilla. Zeneterápia. A fejlesztő pedagógia hatékony módszere, képesség-, készség- és személyiségfejlesztés nonverbális kommunikációval, saját hang és hangszerek segítségével. **Foglalkozás**
 ■ 16:15–16:45

Fotókiállítás eredményhirdetése. A „Szülő és gyermeke” című fotókiállításra beérkező pályaművek értékelésére és az eredményhirdetésre kerül sor.
 ■ 17:00–18:30

Paletta Kapcsolat-Színház. Megérkezése(m) története. Az országban működő playback színházak egyike vagyunk. Az

előadás során megmutatjuk a mesélőnek saját történetét. **Színház előadás**

Szolnok
HM Honvéd Kulturális Szolgáltató Kht. (HEMO)
 5000 Szolnok, Táncsics M. út 5-9.
 Telefon: 56/514-558

május 7., hétfő
 ■ 17:00–18:30 Kiállítóterem
 Ünnepeles megnyitó. A Születés Hete szolnoki rendezvénysorozatának és Kari Zsóka alkotóművész kiállításának megnyitója. Találkozás a Kismama Magazin munkatársaival.

május 8., kedd–május 13., vasárnap
 ■ Egész nap Kiállítóterem
 Kari Zsóka alkotóművész kiállítása. Kari Zsóka festőművész kiállítása a várandósság és az anyaság ihlette alkotásaiból.

május 9., szerda
 ■ 17:00–18:30 Előadóterem
Kiss Olga. A vajúdas és a szülésés dűla szemmel. Mi a szerepe a dűlának, avagy asszonytársi segítőnek a szüléskor? Miért jó, ha a kismamát egy dűla is segíti várandóssága idején és a szülés alatt is?
Filmvetítés beszélgetéssel

■ 17:00–18:30 Előadóterem
 Játzóház, gyermekfelügyelet. A rendezvény egész ideje alatt szakképzett dada vigyáz a gyermekekre, foglalkozik velük.

■ 17:00–18:30 Előadóterem
 Kiegészítő programok, szolgáltató-sok. A rendezvény ideje alatt: pelenkázó- és szoptatósarok, várandós TOTÓ, elégedettség körkérés, könyv- és filmvásár.

május 10., csütörtök
 ■ 16:00–17:30 Előadóterem
Vekerdy Tamás. Testvér születik. Nem könnyű egy kisgyermeknek hirtelen „naggyá” válni. Hogyan készítsük fel gyermekünket testvére érkezésére? Hogyan kezeljük a testvérkonfliktusokat? **Előadás**
 ■ 16:00–17:30 Előadóterem

Játzóház, gyermekfelügyelet. A rendezvény egész ideje alatt szakképzett dada vigyáz a gyermekekre, foglalkozik velük.
 ■ 16:00–17:30 Előadóterem
 Kiegészítő programok, szolgáltató-sok. A rendezvény ideje alatt: pelenkázó- és szoptatósarok, várandós TOTÓ, elégedettség körkérés, könyv- és filmvásár.

május 12., szombat
 ■ 15:00–16:30 Előadóterem
Süveges Tiborné. A születés utáni depresszió. A baby-blues okai lehetnek: a baba ellátásának felelőssége, egészsége miatt aggodalom, a „mindenáron” megfelelni akarás, hormonális változások... **Előadás**

■ 15:00–16:30 Előadóterem
 Játzóház, gyermekfelügyelet. A rendezvény egész ideje alatt szakképzett dada vigyáz a gyermekekre, foglalkozik velük.
 ■ 15:00–16:30 Előadóterem
 Kiegészítő programok, szolgáltató-sok. A rendezvény ideje alatt: pelenkázó- és szoptatósarok, várandós TOTÓ, elégedettség körkérés, könyv- és filmvásár.

május 13., vasárnap
 ■ 15:00–16:00 Előadóterem
Szilgy László családpszichológus. Apaság és férfiszerep, párkapcsolat szülés után. Amikor minden arról szól, hogy a kismamára kell vigyázni, nekik kell mindent elmagyarázni, akkor a kispapa kérdése: jó, de akkor én mit csináljak? **Előadás**
 ■ 15:00–17:00 Előadóterem

Játzóház, gyermekfelügyelet. A rendezvény egész ideje alatt szakképzett dada vigyáz a gyermekekre, foglalkozik velük.
 ■ 15:00–17:00 Előadóterem
 Kiegészítő programok, szolgáltató-sok. A rendezvény ideje alatt: pelenkázó- és szoptatósarok, várandós TOTÓ, elégedettség körkérés, könyv- és filmvásár.

■ 16:00–16:15 Előadóterem
 Díjátadás és zárzó. A Születés Hete szolnoki rendezvénysorozatának ünnepeles záró eseménye.
 ■ 16:15–17:00 Előadóterem

Kakaókoncert. Klasszikusok kicsiknek és nagyoknak. Közreműködik a Kodály Zoltán Általános és Művészeti Iskola kórusa és zenekara. **Koncert**

Hild Viktor Könyvtár és Közművelődési Intézmény
 5000 Szolnok, Karczag L. u. 2.
 Telefon: 56/523-000

május 8., kedd
 ■ 17:00–18:30
 Megújulás a szülészetben. Előadók: szülésés-nőgyógyász Szolnokról és Budapestről, valamint szülésznő, védőnő, dűla, baba. Kérdezz-felelek. **Kerekasztal-beszélgetés**
 ■ 17:00–18:30

Játzóház, gyermekfelügyelet. A rendezvény egész ideje alatt szakképzett dada vigyáz a gyermekekre, foglalkozik velük.
 ■ 17:00–18:30
 Kiegészítő programok, szolgáltató-sok. A rendezvény ideje alatt: pelenkázó- és szoptatósarok, várandós TOTÓ, elégedettség körkérés, könyv- és filmvásár.

május 8., kedd–május 13., vasárnap
 ■ Egész nap
 Szabó Márta fotóművész kiállítása. Szabó Márta a Fónix Fotóművészeti Kör tagja. Kiállításának képei a női test, az anyaság gondolat-körében születtek.

május 10., csütörtök
 ■ 18:00–19:30
Noll Andrea Nandu. Holisztikus bábaság a gyakorlatban. Beszélgetés a szülésés-kísérés holisztikus bábai modelljéről, a háborítatlan szülésről és a Holdudvar Bábaház gyakorlati tapasztalatairól. **Interaktív előadás**
 ■ 18:00–19:30

Játzóház, gyermekfelügyelet. A rendezvény egész ideje alatt szakképzett dada vigyáz a gyermekekre, foglalkozik velük.
 ■ 18:00–19:30

Kiegészítő programok, szolgáltató-sok. A rendezvény ideje alatt: pelenkázó- és szoptatósarok, várandós TOTÓ, elégedettség körkérés, könyv- és filmvásár.

■ **május 11., péntek**
 ■ 10:00–11:30
Szatmári Dóra. Szoptatás. A szoptatás egy meghosszabbított köldökzsinór: fontos a babának és a mamának, nemcsak fizikai, de lelki szempontból is. A szoptatás áldásos hatásai. **Előadás és beszélgetés**
 ■ 10:00–11:30

Játzóház, gyermekfelügyelet. A rendezvény egész ideje alatt szakképzett dada vigyáz a gyermekekre, foglalkozik velük.
 ■ 10:00–11:30

Kiegészítő programok, szolgáltató-sok. A rendezvény ideje alatt: pelenkázó- és szoptatósarok, várandós TOTÓ, elégedettség körkérés, könyv- és filmvásár.

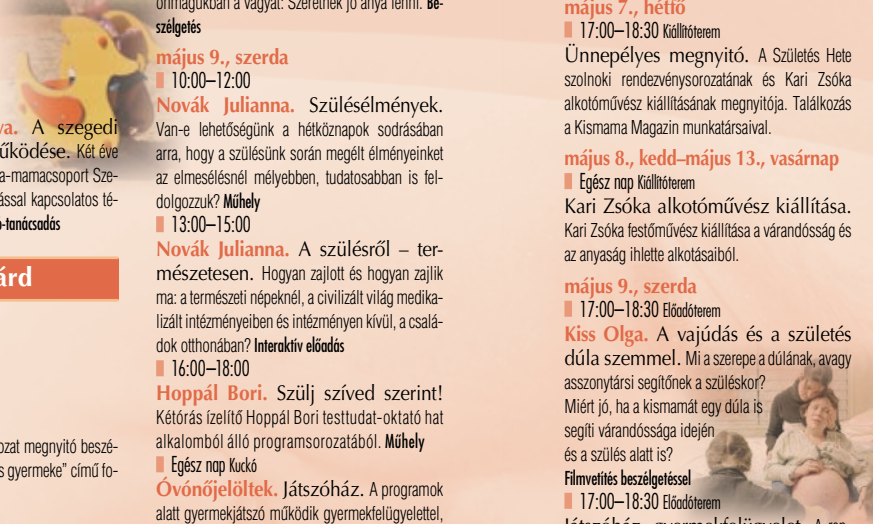
Veresgy Ferenc Megyei Könyvtár
 5000 Szolnok, Kossuth tér 2.
 Telefon: 56/510-110

május 11., péntek
 ■ 16:00–16:30
Borsi Eszter Gabriella. A nők jogai a szülészetben. A betegjogi képviselő előadása az anyákat és gyermeküket, a családot megillető jogokról a szülés viszonylatában. **Előadás**
 ■ 16:00–17:30

Játzóház, gyermekfelügyelet. A rendezvény egész ideje alatt szakképzett dada vigyáz a gyermekekre, foglalkozik velük.
 ■ 16:00–17:30

Kiegészítő programok, szolgáltató-sok. A rendezvény ideje alatt: pelenkázó- és szoptatósarok, várandós TOTÓ, elégedettség körkérés, könyv- és filmvásár.
 ■ 16:30–17:00

Hollik Zsuzsanna. Az újszülöttek megillető jogok. A pocaklónak is vannak jogai. Azonban furcsa mód, a baba kiszolgáltatott helyzetéből adódóan, ezek gyakran csorbulnak. **Előadás**
 ■ 17:00–17:30
Kruchió Gyuláné, a TÁKISZ főosztályvezetője. A gyermekek után járó és az anyát megillető ellátások. A magyar rendszer meglehetősen bonyolult útvetszőjében





ségekről. A háborítatlan szülésről, a dúlák jelenléte-
téről. **Előadás**
■ 17:00–18:00
Kórházban – háborítatlanul. Sokan
azonosítják a háborítatlan szülést az otthon vagy a
szülésházban történő szüléssel. Ez a film kórház-
ban történt háborítatlan szülésekről szól. **Filmvetítés**
beszélgetéssel

május 12., szombat
■ 14:00–15:00
Dr. Parádi József. A Nő dicsérete. A
NŐ DICSÉRETE, avagy szabadon születni, szaba-
don szeretni, szabadon meghalni. **Előadás**
■ 14:00–17:00

**Gold Line Hungary Kft. munkatár-
sa.** Hajtogassunk mesét! Mesét hajtoga-
tunk: textil origami, képességfejlesztő játék (2005.
Magyar Termék Nagydíjas). Gold Line Hungary Kft.
Siófok, Asztalos u. 39. 84/322-007. **Bemutató**
■ 14:00–17:00

Máté Erika. Biovásár. Egészséges bioélelmis-
szerek (pl. lekvárok, befőttek, sajtok stb.) megismer-
tése a programra látogatókkal, illetve árusításuk. **Vásár**
■ 15:30–16:30

Regős Judit. Hogyan születik az
Anya? Előadás és beszélgetés a magzati állapot-
ról, az Anyai Én születéséről és az anyavá válság le-
li folyamatáról. **Előadás és beszélgetés**
■ 17:00–17:30

Pásztor Béla. Születés Hete prog-
ramsorozat zárása – Veresegyhá-
zon. Pásztor Béla, Veresegyház polgármestere
mond záróbeszédet és átadásra kerülnek az Anya-
Művészet kiállítás díjai.

Ramazuri Jászóház
2112 Veresegyház, Mester u. 1/a.
Telefon: 28/387-136

május 11., péntek
■ 15:00–18:00
Papp Tímea. Játszóházi gyermekfel-
ügyelet. A Születés Hete időtartama alatt ked-
vezményes gyermekfelügyeletet vállal színes gyere-
kprogramokkal a Ramazuri Jászóház. **Gyermekfel-
ügyelet**

május 12., szombat
■ 10:00–12:00
**Gold Line Hungary Kft. munkatár-
sa.** Hajtogassunk mesét! Mesét hajtogatunk:
textil origami, képességfejlesztő játék (2005. Ma-
gyar Termék Nagydíjas). Gold Line Hungary Kft.
Siófok, Asztalos u. 39. 84/322-007. **Bemutató**
■ 10:00–11:00

Vigh Eleonóra. Gondoskodó érin-
tés. A babamasszázs szorosabban fűzi a csecsemő
és a szülő közötti kapcsolatot, a lelki-érzelmi tarto-
mányon át hat a baba és a szülő egész szervezetére.
Bemutató-beszélgetés

■ 11:00–11:15
Máté Erika. Életünk csodái. Gondolat-
ébresztő bábjáték felnőtteknek 15 percben (kétke-
zes játék, fekete-fehér kesztyűben, zenére). **Bábjáték**
■ 11:20–11:50
Máté Erika. Interaktív játék a váran-
dóságról és a születésről. Az interaktív já-
ték során felnőttek és gyerekek egyaránt megismer-
kedhetnek a várandósság során felmerült testi-lelki
változásokkal illetve a születéssel. **Interaktív előadás**
■ Egész nap
Papp Tímea. Játszóházi gyermekfel-
ügyelet. A Születés Hete időtartama alatt kedvezmé-
nyes gyermekfelügyeletet vállal színes gyerekeprogra-
mokkal a Ramazuri Jászóház. **Gyermekfelügyelet**

Veszprém

Városi Művelődési Központ
és Könyvtár
8200 Veszprém, Dózsa György út 2.
Telefon: 88/429-111

NYITÓNAP
május 7., hétfő
■ 14:00–14:05
Sipos Zoltán. A veszprémi Születés
Hete megítéje. Köszöntőt mond Sipos Zol-
tán, a Városi Művelődési Központ igazgatója.
■ 14:05–14:30

Gyarmathné Doma Gabriella Vesz-
prém megyei fővédő. Nyitólőadás a
családok szerepéről. **Előadás**
■ 14:30–15:00

Dr. Szilágyi Imre osztályvezető főorvos.
Változások, lehetőségek a veszprémi
kórház szülészeti osztályán. **Előadás**
■ 15:00–16:00
A dúláságról és a szülészeti változá-
sokról. Vendégeink: Csűrősné Erzsébet vezető
szülész, Szépláby Éva szülész, Boksay Rita
dúla. **Kerekasztal-beszélgetés**
■ 16:00–17:00

Czenky Klára. Szülés és a nő szere-
pe. Női, asszonyi mivoltunkat minden korban
lehet különleges módon megélni. A várandósság, a
szülés ma is segíti mindenkin megtalálását és ki-
teljesedését. **Előadás**
■ 17:00–17:30

Dr. Bácskai József-Dr. Deák Csaba.
D&D Csoport 4D Ultrahang Kft.
munkájáról. A 4D ultrahang és a genetikai
szűrések. **Előadás**
■ 17:30–18:30

**Veszprém Születés Hete MEGLEPE-
TÉS vendége.** Beszélgetés meglepe-
tésvendégünkkel, egy személyi-
séggel arról, hogyan éli meg a női-
ességet, az anyaságot. A beszélgetést ve-
zeti Somody Zsuzsanna, a Veszprém TV szerkesz-
tője. **Beszélgetés**

■ 18:30–19:00
Komáromi Judit NESE és az Abrakadabra
Hastánciskola tagjai. Nőieség – anyaság
– hastánc. A nézők izellőt kaphatnak az auten-
tikus török hastánc elemeiből és megtapasztalhat-
ják a női közösségek erejét. **Bemutató és beszélgetés**



Kisérőprogramok
■ 14:00–19:00
Bababazár. Szülés körüli témájú könyvek és
filmek vására... és még, ami a babázáshoz hasz-
nos lehet (babaruhák, cipők, biotermékek, hordo-
zókendő, játékok stb.) **Bemutató és vásár**
■ 16:30–19:00

**Gyereksarok – Hétszínvirág Játszó-
ház.** A programok alatt gyermekfelügyeletet, játszó-
házat biztosítunk, hogy a kicsik is elfoglalhassák
magukat. **Gyermekfelügyelet**
■ 14:00–19:00

Textil origami. Várjuk az alkotni vágyó gyere-
keket! Az elkészült műveket a nap folyamán kiállít-
juk, a legszebbeket díjazzuk. Kipróbálhatjátok a texti-
l-origamit is! **Kézműves játszóház**
■ 14:00–19:00

Asszonyok ereje. Képek a női létről, az as-
zonyok szövetségéről, a nők erejéről és a szülés-
ről. **Virtuális vetítés kiállítás**
■ 14:00–19:00

**Ujszászi Dorottya, Jónás Zsuzsa,
Hain lidó** táncművészek. A NŐ –
négy képben. A nap programját végigkísérik a
kortárs modern táncbetétek. A nő arcai, változá-
sai, különböző szerepek életrészekéntől függően,
a nő sokszínűsége. **Táncelőadás**
■ 15:00–16:00 Klubterem

Lahoczky Laura intimitatréner. Be-
szélgetés az intimitatőről. Miért jó az
intimitatőről? Beszéljünk róla! **Beszélgetés**
■ 16:00–17:00 Klubterem

Ujszászi Petra, Perjés Dóra. Hordo-
zókendő-bemutató. A babahordozásról szó-
ló, rövid bevezető után, különböző kendő-megkötési
módokat mutatunk be. Lehetőség nyílik ezek kipró-
bálására és gyakorlására is. **Bemutató-beszélgetés**
■ 17:00–18:00 Klubterem

Ujszászi Dorottya táncos, pilates-oktató.
Pilates – szülés után. A pilates erősíti a tör-
zizmokat, szülés után regenerálja a hasizmokat,
így az anya, a baba súlyának gyarapodásával pár-
huzamosan, fejleszheti izmait. **Előadás és bemutató**

május 8., kedd
■ 10:00–12:00 Klubterem
Lehoczky Laura intimitatréner.
Intimitatőről szülés előtt, alatt és után. **Beszélgetés**

**A programváltoztatás
jogát fenntartjuk!**

Csolnok Ferenc Megyei Kórház
8200 Veszprém, Kórház u. 1.
Telefon: 88/556-000

május 7., hétfő
■ 16:30–17:30 E épület Földszint
Tárnoki-Viszt Anikó gyógytornász. Kis-
mamatorna. Szeretettel várjuk a várandós kis-
mamákat tornára a veszprémi kórházba, hogy a
baba és a mama is jól érezzék magukat. **Foglalkozás**

május 9., szerda
■ 14:00–16:00 E épület 3. emelet
Nyitott kórház program – szülőszoba-
látogatás. Minden érdeklődőt szeretettel
várunk a szülőszobák, szülésznek, akik a jelen-
lévőket végigkialauzolják a szülészeten és az újszül-
ött-osztályon is! **Szülőszoba-látogatás**
■ 16:30–17:30 E épület Földszint

Tárnoki-Viszt Anikó gyógytornász. Kis-
mamatorna. Szeretettel várjuk a várandós kis-
mamákat tornára a veszprémi kórházba, hogy a
baba és a mama is jól érezzék magukat. **Foglalkozás**
■ 18:00–19:00 E épület 1. emelet

Sándor Ferencné védőnő, **Tárnoki-
Viszt Anikó** gyógytornász. Babaúzás,
babamasszázs. A veszprémi kórház szülész-
felkészítő előadásorozatának részeként, az ér-
deklődő várandósok a babamasszázs és a baba-
úzás jótékony hatásairól hallhatnak. **Előadás**

Módszertani Bölcsődé
8200 Veszprém, Cserhát lp. 13.

május 9., szerda
■ 10:00–11:30
Barabásné Fehér Krisztina védőnő,
Ujszászi Petra pszichológus. Újra ot-
thon – az első 6 hét. Túl vagyunk a szülé-
sen, megszületett a babánk. Otthon egy teljesen új
élet vár ránk. Mégis mire számíthatunk? **Beszélgetés**
■ 16:00–17:00

Varga Judit pszichológus. A baba-ma-
makötődés kialakulása. Hogyan alakul a
baba és az anya közötti kapcsolat a baba fejlődésé-
vel? Mik azok a tényezők, amelyek segítik a kapcsola-
t elmélyítését? **Előadás és beszélgetés**
■ 17:00–18:00

Ujszászi Petra, Perjés Dóra. Hordozó-
kendő-bemutató. A babahordozásról szóló
rövid bevezető után különböző kendő-megkötési
módokat mutatunk be. Lehetőség nyílik ezek kipró-
bálására és gyakorlására is. **Bemutató-beszélgetés**



Óvoda
8200 Veszprém, Egrý J. u. 55.
május 9., szerda
■ 10:30–12:00
Születésem története. Moderátor: Rupert-
né Horváth Tünde védőnő **Kerekasztal-beszélgetés**

Védőnői Tanácsadó
8200 Veszprém, Táncsics u. 1.
május 10., csütörtök
■ 14:00–15:00

Dr. Szabadka Ödön szülész-nőgyógyász
szakorvos Homeopátia a várandósság,
szülés alatt és a gyermekágyban. **Előadás**
■ 15:00–15:30
Bodóné Stampf Szilvia Bőrápolás –
Babé termékcsalád **Bemutató**
■ 15:30–16:00
Pap Józsefné logopédus, gyógypedagógus
Hogy szebben beszéljen **Előadás**

Védőnői Tanácsadó
8200 Veszprém, Cholnoky u. 19.
május 11., péntek
■ 9:30–11:30
**Krenhardtné Rajki Melitta, Dr. Pö-
röntő Ferencné, Sütő Erika** Felké-
szülés az anyaságra **Beszélgetés**

Védőnői Tanácsadó
8200 Veszprém, Halle u. 9.
május 11., péntek
■ 10:00–12:00

**Borbélyné Horváth Anikó, Endrédi
Katalin, Varga Jánosné** védőnők A szü-
letés, az újszülötök fogadása, a szop-
tatás fontossága **Beszélgetés**

VMK – Cholnoky Klubkönyvtára
8200 Veszprém, Rózsá u. 48.
Telefon: 88/403-903

május 10., csütörtök
■ 10:00–11:30
Baráthné Nagy Edina védőnő. Baba-
masszázs. Babamasszázs videovetítés és gyere-
korlati tanácsadás. **Filmvetítés és tanácsadás**

VMK – Dózsavárosi Klubkönyvtára
8200 Veszprém, Szent István u. 73.
Telefon: 88/329-207

május 9., szerda
■ 17:00–18:30
Dr. Gécs Sándor urológus és **Dr.
Csongrády Attila** nőgyógyász. A férfi
és női meddőség zavarai, kivizsgálá-
sa és gyógyítása. A meddőség lehetséges
okairól, gyógyítási módjairól. **Előadás**

**VMK –
Március 15. úti Klubkönyvtára**
8200 Veszprém, Március 15. u. 1/A.
Telefon: 88/428-431

május 10., csütörtök
■ 10:00–11:30
Ujszászi Petra pszichológus. A szülés
természete. Az Alternatív Alapítvány 31 perces
filmje a háborítatlan vajúds és a saját törvényei
szerint zajló születés csodájáról, a szabad szülés
erejéről szól. **Filmvetítés beszélgetéssel**

május 11., péntek
■ 9:30–10:30
Dr. Bognár Katalin gyerekorvos, homeo-
pata. Gyerekek homeopátiás gyógyí-
tása. A gyermeki megbetegedések szelíd gyógy-
módja homeopátiával. Milyen szereket alkalmazha-
tunk, ha gyermekünk náthás, jön a foga, vagy has-
fájós...? **Előadás**

**VMK –
Gyulafirátóti Művelődési Háza**
8412 Gyulafirátót, Hajmáskéri út 2.
Telefon: 88/457-795

május 8., kedd
■ 10:00–11:00
Ujszászi Petra pszichológus.
A szülés hatása a korai szoptatás
megkezdésére. A baba megszületése
után ölelésre, szopizásra
vágjuk. Gyakorlati
tanácsok, hogyan adhatjuk
meg ezt számára, hogyan jöhetünk be
a szoptatásba. **Előadás és beszélgetés**

Veszprém környéke

Védőnői Tanácsadó
8427 Bakonybél, Pápai u. 7.

május 10., csütörtök
■ 14:00–16:00
Taxné Molnár Hajnalka védőnő. Az
emberi élet a legnagyobb csoda. **Film-
vetítés beszélgetéssel**

Pannónia Kulturális Központ
és Könyvtár
8220 Balatonalmádi, Városház tér 4.
Telefon: 88/438-956

május 8., kedd
■ 16:00–17:30
Turzó Gáborné területi védőnő. A szü-
lésre való felkészülési pszichés vál-
tozásai. **Beszélgetés**

A TAVVAM is párosan csinálja!

Ne legyen egyke
még az 1%-a sem!



Ajánlja nyugodt szívvel adójának első és második 1%-át is,
a kevesebb gátmentszés és a több kishaba
ügyéért elkötelezett szervezetnek.

A TAVVAM számára az első 1%-ot az Egészség-vár Alapítvány (adószám: 18075962-1-42),
a másodikat pedig a Közösség a Születés Méltóságáért (technikai száma: 1222) gyűjti.



TAVVAM

Védőnői Tanácsadó
8245 Pécsely, Vásártér u. 148/A.

május 10., csütörtök
14:00–15:00

Kovács Károlyné védőnő. Az a 28 nap – a „Nagy Nap” előtt. *Beszélgetés*

15:00–16:00

Kovács Károlyné védőnő. A szoptatás örömei. Kötetlen beszélgetés anyukákkal. *Élménybeszámoló*

Petőfi Sándor Művelődési Ház

8105 Pétfürdő, Hősök tere 5.
Telefon: 88/588-730

május 9., szerda

15:00–16:00

Andoné Horváth Erzsébet védőnő. Élet a szülés előtt. *Filmvetítés beszélgetéssel*

16:00–17:00

Andoné Horváth Erzsébet védőnő. Babavárás: szülésre való felkészülés, a szülés megindulása. Kötetlen beszélgetés a babavárásról, a szülésre való felkészülésről, a vajúdsárról, szülésről... *Beszélgetés*

Védőnői Tanácsadó

8444 Szentgál, Fő út. 1.

május 10., csütörtök

09:00–10:00

Kamondi Zsuzsanna védőnő. Pszichés változások a szülés körüli időszakban. Az apa szerepe. Pszichés változások a várandósság alatt és a szülést követő időszakban. Az apa szerepe a családban *Előadás*

10:00–11:00

Horváth Réka védőnő. Gyógynövények a várandósság alatt. *Előadás*

11:00–12:00

Balázs Gyöngyi védőnő. Babamasszázs. *Bemutató*

Védőnői Tanácsadó

8246 Tótvázsony, Hajnal u. 9.

május 8., kedd

10:00–12:00

Jó, hogy velünk voltál – Élményeink az apas szülésről. Moderátor: Velez Sarolta védőnő *Kerekasztal-beszélgetés*

Védőnői Tanácsadó, MHSZ épület

8420 Zirc, Alkotmány u. 14.

május 10., csütörtök

15:00–17:00 Klubterem

Védőnők – Zirc. Az emberi élet a legnagyobb csoda. A beszélgetést Zirc város területi védőnői szervezik és vezetik. *Filmvetítés beszélgetéssel*

14:00–16:00

Csajági Vilma védőnő. A játék szerepe a csecsemő, a gyermek fejlődésében. *Előadás*

Művelődési Ház

8424 Jásd, Kossuth u. 212. hrsz.

Telefon: 88/494-046

május 9., szerda

16:00–17:00

Gazderné Hegyes Tünde védőnő. A magzat fejlődése az anyaméhben. *Filmvetítés beszélgetéssel*

17:00–18:00

Gazderné Hegyes Tünde védőnő.

Méhben belüli kommunikáció a magzattal. *Beszélgetés*



Védőnői Tanácsadó

8441 Márkó, Padányi Bíró Márton u. 5.

május 10., csütörtök

10:00–12:00

Jungné Kaibás Ágota védőnő. Babamama kötődés – babamasszázs. *Előadás és bemutató*

Védőnői Tanácsadó

8291 Nagyvázsony, Malomkő u.5.

május 9., szerda

10:00–11:00

Kertész Eleonóra védőnő. Babamasszázs. *Bemutató*

május 11., péntek

10:00–11:30

Kertész Eleonóra védőnő. Zenei fejlesztés. *Bemutató*

Közösségi Ház

8242 Nemesvámos, Malom u. 6.

május 8., kedd

10:00–12:00

Dr. Ferentzi Zsófia. Moderátor Patkó Bernadett védőnő. Háborítatlan szülés. *Élménybeszámoló*

Védőnői Tanácsadó

8183 Papkeszi, Fő u. 42.

május 11., péntek

14:00–16:00

Krizbai Szende Hajnalka logopédus, pszicho-pedagógus. A méhen belüli élet szülő-gyermek kapcsolat a logopédus szemével. *Előadás*

Gyermekorvosi Rendelő

8220 Balatonalmádi, Ady E. u. 2.

Telefon: 438-750

május 9., szerda

10:00–11:30

Eignerné Pálffy Zsuzsa területi védőnő.

A szülés, otthoni szülés élményei. *Beszélgetés*

Védőnői Tanácsadó

8230 Balatonfüred, Csárda u. 1.

május 8., kedd

15:00–17:00

Juhász Mária védőnő. A szülés élet-tani folyamata. *Filmvetítés beszélgetéssel*

Rendelőintézet

8230 Balatonfüred, Csárda u. 1.

május 9., szerda

10:00–12:00

Védőnők – Balatonfüred. Saját tapasztalataim a szülésről. Moderátor: Megyeriné Kállai Tünde vezető védőnő. *Beszélgetés*

Mészöly Géza Általános Iskola és Óvoda

8171 Balatonvilágos, József A. u. 119.

Telefon: 88/446-314

május 7., hétfő

15:30–16:00

Horváth Gyöngyi védőnő. Élet a szülés előtt. *Filmvetítés*

16:00–17:00

Horváth Gyöngyi védőnő. A születés hatása gyermekünkre. *Beszélgetés*

május 10., csütörtök

15:30–16:00

Horváth Gyöngyi védőnő. Filmvetítés a szülésről. *Filmvetítés*

16:00–17:00

Horváth Gyöngyi védőnő. Saját elképzeléseink, élményeink és a valóság. *Beszélgetés*

Napköziotthonos Óvoda

8229 Csopak, Kossuth L. u. 26.

Telefon: 87/446-080

május 11., péntek

10:00–11:30

Szilassy Albertné védőnő. Beszélgetés a szülés élményéről. Anyukák osztják meg az érdeklődőkkel szülésük élményét. *Beszélgetés*

Védőnői Tanácsadó

8440 Herend, Vasút u. 18.

május 9., szerda

11:00–12:00

Vérné Weiner Judit védőnő. Babamasszázs. *Bemutató*

A programváltoztatás
jogát fenntartjuk!

Nyitott Kórház Program

További információ: Werner Katalinnál (20/9440-225, wernerkatalin@invitel.hu)

Jelmagyarázat:

A program jellege:

■ fekete számokkal jelölve

1. beszélgetés szakemberekkel
2. az osztály vezetett bemutatása (meghatározott időpontban)
3. filmvetítés
4. egyéb

Az életkezdettel kapcsolatos közös beszélgetések témaválasztéka várandósok, érdeklődők és a kórházi szakszemélyzet részére (az időpont csak május elején alakul ki, erről információ Werner Katalinnál, illetve a www.szuleseshete.hu honlapon lesz május 2-től.):

■ színes számokkal jelölve

1. A szülésfelkészítés aktuális kérdései.
2. Hogyan befolyásolja a szülés módja a szoptatást?
3. A vajúdás támogatása a kórházban – kórházi dülák.

Bajai Városi Kórház

Baja, Rókus u. 10.
május 8., 10., 10:00–14:00
■ 1, 2, 1, 2

Dr. Kenessey Albert Kórház

Balassagyarmat, Rákóczi u. 125.
május 7., 9:00–12:00
■ 1, 2

Réthy Pál Kórház

Békéscsaba, Gyulai út 18.
május 7., 9., 11., 16:00–17:00
■ 1

Szent István Kórház

Budapest IX. kerület, Nagyvárud tér 1.
május 9., 10:00–14:00
■ 1, 2, 3, 1, 2

Szent Rókus Kórház

Budapest VIII. kerület, Gyulai Pál u. 2.
május 10., 9:00–15:00
■ 1, 2, 3

SOTE II. számú Szülészeti és Nőgyógyászati Klinika

Budapest VIII. kerület, Üllői út 78/a.
május 7., 9., 10:00–13:00
■ 1, 2

Bajcsy-Zsilinszky Kórház

Budapest X. kerület, Maglódai út 89–91.
május 10., 9:30–12:30
■ 1, 2, 4, 1

Szent Imre Kórház

Budapest XI. kerület, Tétényi u. 12–16.
május 10., 11:00–13:00
május 11., 13:30–15:30
■ 1, 2, 3

SOTE Oktatókórház

Budapest XII. kerület, Kútvolgyi út 4.
május 7–11., 15:00–18:00
május 8.,
■ 1, 2

Országos Gyógyintézet Központ

Budapest XIII. kerület, Szabolcs u. 33–35.
május 8., 13:30–17:00
■ 1, 2, 1

Uzsoki utcai Kórház

Budapest XIV. kerület, Uzsoki u. 29.
május 7., 10:00–12:00
■ 1, 2, 1

Margit Kórház

Csorna, Soproni út 64.
május 10., 14:00–15:00
■ 1, 2, 3, 1

Kenézy Gyula Kórház

Debrecen, Bartók Béla u. 4.
május 10., 11:00–14:00
■ 1, 2

Szent Pantaleon Kórház

Dunaújváros, Korányi Sándor u. 4–6.
május 11., 11:00–13:00
■ 1, 3, 2

Vaszary Kolos Kórház

Esztergom, Petőfi u. 26.
május 7–11., 10:00–13:00
■ 1, 2, 2

Pándy Kálmán Kórház

Gyula, Semmelweis u. 1.
május 7–9., 11:00–13:00
■ 1, 2, 1

Albert Schweitzer Kórház

Hatvan, Balassi u. 16.
május 8., 8:00–12:00
■ 1, 2



Erzsébet Kórház

Hódmezővásárhely, Dr. Imre József u. 2.
május 11., 8:00–16:00
■ 1, 2, 1, 2

Erzsébet Kórház

Jászberény, Szelei u. 2.
május 9., 10., 14:00–16:00
■ 1, 2, 1

Kaposi Mór Megyei Kórház

Kaposvár, Tallián György u. 20–32.
május 7., 11., 9:00–14:00
■ 1, 2, 3, 1, 2

Kátai Gábor Kórház Szülészeti

Karcag, Zöldfa u. 48.
május 10., 13:00–15:00
■ 2, 3, 1

Kátai Gábor Kórház

Ujszülött Osztály
Karcag, Zöldfa u. 48.
május 9., 10:00–15:00
■ 1, 2, 3, 2

Városi Kórház

Kazincbarcika, Május 1. út 56.
május 7., 10., 10:00–12:00
■ 1, 2

Szent-Györgyi Albert Orvos-

tudományi Egyetem Oktatókórháza
Kecskemét, Izsáki u. 5.
május 7., 8:00–17:00
■ 1, 2, 3, 4, 1

Városi Kórház Rendelőintézet

Kiskunfélegyháza, Fadrusz J. u. 4.
május 8., 11., 10:00–15:00
■ 1, 2.

Selye János Kórház

Komárom, Széchenyi u. 2.
május 9., 12:00–15:00
■ 1, 2, 1

Dr. Batthyány-Strattmann László

Kórház
Körmend, Munkácsy Mihály u. 1.
május 7., 9:00–11:00
május 8–10., 14:00–17:00
május 11., 9:00–12:00
■ 1, 2, 3, 2

Dr. Diósszilágyi Sámuel Kórház

Makó, Kórház u. 2.
május 7–11., 10:00–12:00
■ 1, 2, 2

Területi Kórház

Mátészalka, Kórház u. 2–4.
május 7–11., 13:00–15:00
■ 1, 2

Városi Kórház

Mezőtúr, Kossuth u. 7–11.
május 7., 9., 10., 11:00–15:00
■ 2, 1

Semmelweis Kórház

Miskolc, Csabai kapu 9–11.
május 7., 9., 11., 13:00–14:00
■ 1, 2, 1

Jósa András

Megyei Oktató Kórház
Nyíregyháza, Szent István u. 68.
május 8., 11., 9:00–15:00
■ 1, 2, 1

Orosháza

Városi Önkormányzat Kórháza
Orosháza, Könd u. 59.
május 7., 11., 13:00–14:00
■ 3, 1

A programváltoztatás jogát fenntartjuk!

Keleti kényeztetés

Pihenjen a Sümegi Vár tövében!

Keleti kényeztetés

nyugati színvonalon

középkori hangulatban

Hotel Kapitány**** Wellness közvetlenül a Sümegi Vár tövében épült történelmi környezetben. Az épületet körülölelő szép és nyugodt környezet a kellemes kikapcsolódási lehetőségek mellett segít visszarepülni az időben.

TV-vel, minibárral, telefonnal, internet csatlakozási lehetőséggel felszerelt családi- és superior szoba várja vendégeit. Fürdőszobáinkban hajszárító és fűtőköpeny szolgálja vendégeink kényelmét.

www.hotelkapitany.hu

8330 Sümeg, Tóth Tivadar u. 19.

Tel.: +36 (87) 550-166

Fax: +36 (87) 550-167

sales@hotelkapitany.hu

