

**Δήμος Νεάπολης-Συκεών**  
**Συμβούλιο Δημοτικής Κοινότητας Συκεών - Γραφείο Κοινωνικής Πολιτικής**

**ΔΩΡΕΑΝ**

**Τμήμα Προετοιμασίας Νέων Γονέων – Μαθήματα Ανώδυνου Τοκετού**

**Περιλαμβάνει:**

- Ενημέρωση για τη διατροφή και τη φροντίδα κατά την περίοδο της λοχείας
- Ψυχοπροφύλαξη και προετοιμασία των ζευγαριών για το γονεϊκό τους ρόλο
- Ασκήσεις για τον ανώδυνο τοκετό
- Συμβουλευτική για το μητρικό θηλασμό
- Παροχή εύστοχων συμβουλών για την καλύτερη δυνατή φροντίδα του νεογέννητου

**Διάρκεια:** 8 δίωρες συναντήσεις – σε εβδομαδιαία βάση

**Σε ποιους απευθύνεται:**

- Γυναίκες έγκυες μετά τον 3 μήνα της κύησης που δεν έχουν σοβαρά προβλήματα υγείας
- Άνδρες, υποψήφιοι μπαμπάδες

**Έναρξη:** Φεβρουάριος 2013

**Χώρος διεξαγωγής:** Παιδικός Σταθμός Ακροπόλ (Κιμ. Σαπουντζόγλου & Τσακάλωφ, Συκιές - 1<sup>ος</sup> όροφος)

***Δηλώστε άμεσα συμμετοχή!!!!***

**Τηλέφωνο για πληροφορίες και δηλώσεις συμμετοχής:**  
**Συμβουλευτικός Σταθμός Συκεών 2313 313 151**

Με την υποστήριξη του Συλλόγου Επιστημόνων Μαιών-Μαιευτών Θεσσαλονίκης