PROGRAM

# Festival Těhu Day, OPAVA Breda Weinstein

## Den : 22.9.2022 Čas : 10:00 hod – 18:00 hod

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 10:00 – 10:10 | Slavnostní zahájeníMgr. Lucie Ševčíková, MBA |  |
| 10:10 – 10:30 | **Jak se rodí v Opavě**  Bc. Zuzana Schneidrová  Mgr. Vendula Šmalcová  SN Opava |  |
| 10:30 – 11:00 | Porody do vodyMgr. Vendula ŠmalcováSN Opava |  |
| 11:00 – 11:20 | Mýty a fakta o vyvolávaných porodechMgr. Petra StebelováSN Opava |  |
| 11:20 – 11:45 | Psychoprof. příprava k poroduGabriela KlapuchováSN Opava |  |
| 11:45 – 12:10 | Kinesiotaping u těhotných a maminek po poroduMgr. Daniela MartiníkováSN Opava |  |
| 12:10 – 12:30 | Scriningové vyšetření v těhotenstvíMUDr. Marek FabianSN Opava |  |
| 12:30 – 13:00 | Metody vyvolání poroduMUDr. Marek SzwarcSN Opava |  |

**13:00 – 13:30**  **Fittnes v těhotenství a po porodu**

MUDr. Lukáš Režňák

SN Opava

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 13:30 – 14:00 | **Bylinky a léky - řešení častých obtíží v těhotenství**  MUDr. Pavlína Hyklová  PhDr. Daniela Nedvědová  SN Opava a Slezská univerzita |  |
| 14:00 – 14:30 | Vitamíny v těhotenstvíPharmDr. Ondřej ŽákMoje Lékárna |  |
| 14:30 – 14:50 | **Sex v těhotenství**  Doc. PhDr. Ivetta Vrublová, PhD  Slezská univerzita |  |
| 14:50 – 15:15 | **Bonding**  MUDr. Soňa Krejčí  SN Opava |  |
| 15:15 – 15:45 | Koupání a péče o kůžiMgr. Petra ŠimánkováSlezská univerzita |  |
| 15:45 – 16:15 | Spokojené miminko, masáže, manipulaceMgr. Markéta HrbáčováBc. Radmila LamplotováSN Opava |  |

**16:15 – 16:45 Miminko v bezpečí**

MUDr. Soňa Krejčí

SN Opava

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 16:45 – 17:00 | Připravená na porod s Frida mom,Sada do porodniceMarkéta HaraldssonProfimed |  |
| 17:00 – 17:25 | Dětské vývojové poradenstvíNatalia MonskiCentrum dětského vývoje |  |
| 17:25 – 17:50 | Klidná a připravená na porodTereza ŠindelářováČeská asociace dul |  |

**17:50 – 18:00**  **Předání cen, rozloučení**

Mgr. Lucie Ševčíková, MBA