



# Маленькое Чудо®

Городской центр подготовки к родам

## ГОТОВИМ К РОДАМ ГРАМОТНО

*Легкие роды и здоровый ребенок -  
ваша заслуга и наша работа*



[www.malenkoe-chydo.ru](http://www.malenkoe-chydo.ru)

[vk.com/club23760000](https://vk.com/club23760000)



**266-28-40**

# Наша миссия:

✓ Профессионально

✓ Качественно

✓ Грамотно

Подготовка к родам

Уход за новорожденными

Семейное и перинатальное консультирование

Мастер-классы и тренинги для женщин

Мастер-классы и тренинги для молодых родителей с детьми



# Наши результаты:

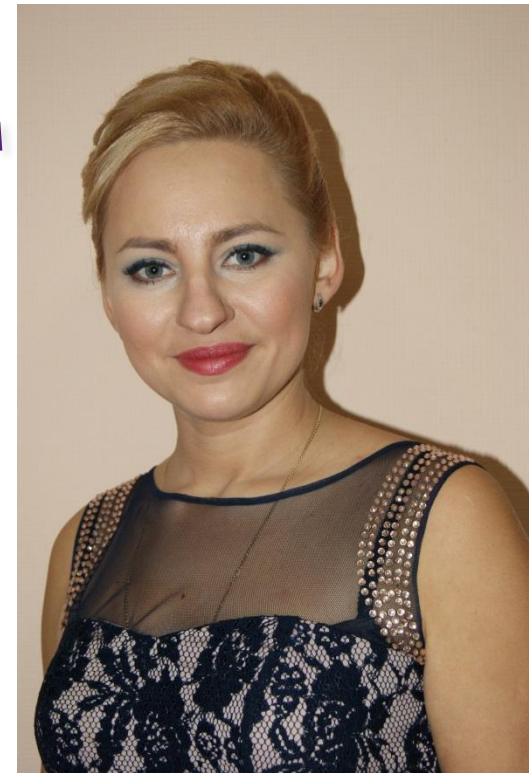


Более 2000  
благодарных отзывов  
от наших выпускниц и  
медперсонала роддомов!!!

# Профессиональный бизнес-основатель и Учредитель Городского центра подготовки к родам

## КАБИРОВА Наталья Павловна

Перинатальный, семейный психолог с медицинским образованием, Лауреат VII городской общественной премии «Достояние столицы» 2013г. за особый вклад в развитие материнства и детства в г.Уфе, Номинант ежегодной премии «Меценат года -2015», мама двоих детей, работающая с беременными с 2009 года



Автор курса по подготовке к родам  
Обезболивание родов: «Всё В Твоих Руках»

# Наши преподаватели:



**ФАРХУТДИНОВА Ирина Владимировна**

Перинатальный и семейный психолог,  
методист ЛФК



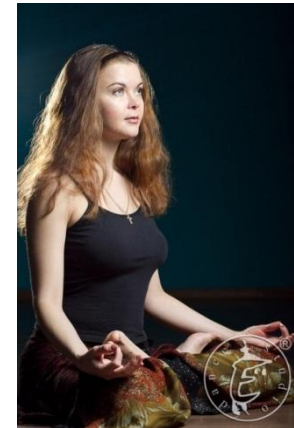
**БУРЗЯНЦЕВА Любовь Николаевна**

Перинатальный и семейный психолог,  
соискатель ученой степени кандидата  
психологических наук, мама 3 детей



**АНВАРОВА Алсу Ринатовна**

Врач-педиатр, консультант по грудному  
вскармливанию, врач скорой помощи



**КИТАЙКИНА Алена Викторовна**

Педагог-психолог, сертифицированный  
преподаватель йоги, специалист по телесной  
терапии



# Курс подготовки к родам:

## Теория, упражнения и практика:

- ✓ дыхание
- ✓ расслабление
- ✓ массаж
- ✓ поведение
- ✓ сборы в роддом
- ✓ схватки, потуги, роды
- ✓ послеродовой период
- ✓ грудное вскармливание
- ✓ лекция для мужчин «Спокойствие, только спокойствие»



*11 занятий по 3 часа в течение 3 недель  
+2 занятия фитнес или йога по выбору*

# По окончании курса беременные:

- ✓ избавляются от страха родов
- ✓ рожают мягко и естественно
- ✓ умеют обезболить схватки и защищать промежность от разрывов
- ✓ регулируют активность схваток и потуг
- ✓ правильно и эффективно тужатся
- ✓ мягко восстанавливаются после родов
- ✓ укрепляют супружеские отношения во время беременности и после родов



***Преподаватель курса:***

***Фархутдинова Ирина Владимировна***

# Для беременных на поздних сроках - Экспресс - курс подготовки к родам:

- ✓ Обучение дыхательным навыкам, умению расслаблять мышцы
- ✓ Профилактика разрывов у мамы и родовых травм у малыша
- ✓ Обучение самомассажу в родах
- ✓ Активное поведение в родах
- ✓ Плавное вхождение в роды. Признаки начала родов: когда пора ехать в роддом. Что взять с собой.
- ✓ 3 периода родов и родовая боль. Что и когда надо делать в родах.
- ✓ Визуализация «Взаимодействие с Малышом в родах»
- ✓ Обзор родильных домов города Уфы.

***Преподаватель курса:***

***Бурзянцева Любовь Николаевна***

***3 занятия по 3 часа в течение 1 недели***



# Курс «Уход за новорождённым»:

- ✓ особенности грудного вскармливания
- ✓ вещи для малыша, детская аптечка
- ✓ анатомо-физиологические особенности новорожденного
- ✓ прививки малышам
- ✓ игрушки I года жизни
- ✓ детские болезни
- ✓ основные знания по уходу за малышом
- ✓ физическое развитие новорожденных (гигиена, гимнастика, массаж)
- ✓ первая экстренная помощь ребенку при неотложных состояниях



**Преподаватель курса:**

*Анварова Алсу Ринатовна*

*7 занятий по 2 часа в течение 3 недель*

# Фитнес + Фитбол для беременных



**Преподаватель курса:**

методист ЛФК **Фархутдинова Ирина Владимировна**

**Опыт работы с беременными – 10 лет**

*Занятия проводятся в понедельник и пятницу в 15-00  
А также в клубе «Магнолия» в понедельник и четверг в 18-30 (ул. Менделеева, 201Б)*

# Йога для беременных



**Преподаватель курса:**

инструктор по йоге **Китайкина Алена Викторовна**

Опыт работы с беременными - 6 лет

*Занятия проводятся каждую среду в 15-00*



# Подготовка к партнерским родам:

- ✓ Лекция для будущих пап «Участие мужчин в родах»
- ✓ Практическое занятие по оказанию поддержки роженице в схватках (совместное дыхание, расслабление, обезболивающий массаж)





# После курса партнерских родов будущие папы знают:

- ✓ как научиться быть эффективной поддержкой во время беременности и родов
- ✓ как, с головой окунаясь в «женские» проблемы, не потерять мужского лица
- ✓ какой поддержки хочет от своего мужчины женщина, и где граница, до которой он готов идти
- ✓ как оказать поддержку роженице в схватках, сделать обезболивающий массаж, совместное дыхание, совместное расслабление
- ✓ как общаться с врачами, на чем следует настоять
- ✓ какова новая роль мужчины после появления малыша на свет
- ✓ насколько совместимы рождение ребенка и сексуальность

# Индивидуальное и семейное консультирование перинатальным и семейным психологом



# Психологическое консультирование:

**Семейный психолог** нужен, если у Вас:

- ✓ частые семейные конфликты в форме скандалов, криков или рукоприкладства;
- ✓ неудовлетворенность отношениями в браке, в том числе сексуальная неудовлетворенность;
- ✓ взаимные претензии супругов, отсутствие доверия, поддержки, взаимопонимания;
- ✓ ситуация измены, уход одного из супругов, любовный треугольник, период развода;
- ✓ сложности во взаимоотношениях со старшим поколением (родителями супруги или супруга)

**Перинатальный психолог** оказывает поддержку на разных этапах семейной жизни. В сферу его деятельности входит:

- ✓ помощь на этапе планирования беременности
- ✓ психологическое сопровождение беременности
- ✓ подготовка к легким родам
- ✓ семейные отношения во время беременности, партнерские роды
- ✓ поддержка и настрой на первые месяцы совместной жизни с малышом
- ✓ работа с проблемами репродуктивной функции

# Мастер-классы и тренинги по воспитанию детей:



- ✓ авторский тренинг Маргариты Яковлевой  
«Счастливый треугольник — Папа, Мама и Ребенок!»  
как воспитать ребенка Здоровым, Успешным и Счастливым!»

*Программы, проводимые педагогом-психологом Гусятниковой С.А.*

- ✓ тренинг «Как справиться с детскими капризами и истериками»
- ✓ мастер-класс «Как воспитать ребенка счастливым»
- ✓ тренинг «Как устанавливать правила и запреты для ребенка»
- ✓ тренинг «Детская агрессия: помогаем ребенку справляться с негативными эмоциями»
- ✓ тренинг «Адаптация к детскому саду. Как помочь ребенку?»
- ✓ лекция «Воспитание и развития детей от 0 до 1,5 лет»



# Мастер-классы и тренинги для женщин по саморазвитию и самосовершенствованию:

- ✓ мастер-классы по **Вумбилдингу**, проводит консультант по семейной-психологии, сексологом, сертифицированным инструктором Федерации ВУМбилдинга г.Москва Колеговой Л.Г.

## *Мастер-классы и тренинги М.Яковлевой*

- ✓ Тренинг «**Новая Я!!!**»
- ✓ Холоotropное дыхание
- ✓ Тренинг «**Как привлечь достойного мужчину и выйти замуж**»
- ✓ Тренинг «**ДЕНЬГИ... Привлечение! Сохранение! Приумножение!**»
- ✓ мастер-классы по **снижению веса**, программы по **правильному питанию**, проводимые диетологом



# Мы предлагаем приобрести в нашем магазине продукцию для будущих мам фирмы Medela\*:

An illustration of a pregnant woman with long dark hair, wearing a pink dress and a pink headband. She is holding two shopping bags, one green and one purple. The background is light pink with soft, out-of-focus circles.

*Маленькое Чудо*®  
Городской центр подготовки к родам

*Всё  
для будущих мам  
и малышей!*

*Ждем вас за покупками!*

ул.Ю.Гагарина, 74  
8-927-236-28-40

\* Продукция, поддерживающая грудное вскармливание, в соответствии с декларацией ВОЗ/ЮНИСЕФ



# Еженедельно проходят бесплатные ознакомительные Лекции по подготовке к родам и уходу за новорожденными в Центре и Торговой галерее «Буду мамой»

*ТРК Иремель, ТРК Семья, ТРЦ Планета*



Мы устраиваем чаепитие в  
перерывах между занятиями... 😊





... и большое праздничное чаепитие  
с тортом по окончанию курса 😊



# Наши достижения:

Городской Центр подготовки к родам «Маленькое чудо» активно участвует в социальной жизни города, в том числе:

- ✓ Выставка «Мир материнства и детства», ноябрь 2014г.
- ✓ Выставка «Здоровый образ жизни», март 2015г.





# Наши достижения:

Городской Центр подготовки к родам «Маленькое чудо» регулярно организует уникальное мероприятие –

## ФЛЕШМОБ БЕРЕМЕННЫХ!

Будущие мамы принимают активное участие и ещё раз доказывают, что физическая активность полезна и маме, и малышу!





# Наши преимущества:

- ✓ Яркая и стильная отдельная входная группа
- ✓ Грамотно и лаконично оформленный ресепшн Центра
- ✓ Вместительный гардероб
- ✓ Просторный зал для проведения курсов с мягким ковровым покрытием и большими удобными пуфами
- ✓ Зал для физических занятий, оснащенный фитболами
- ✓ Отдельная зона для консультирования психологом
- ✓ Уютная кухня, имеющая все необходимое для чаепития в перерывах и проведения праздников по окончании курсов
- ✓ Комфортный туалет
- ✓ Центр находится под охраной, оснащен пожарной сигнализацией и кондиционерами
- ✓ Около Центра всегда имеются парковочные места

# Наши маленькие выпускники 😊





# ВЫПУСК 06.06.2014





# ВЫПУСК 30.05.2014



# Мы ждем Вас!

*Добро пожаловать в мир осознанного материнства!*

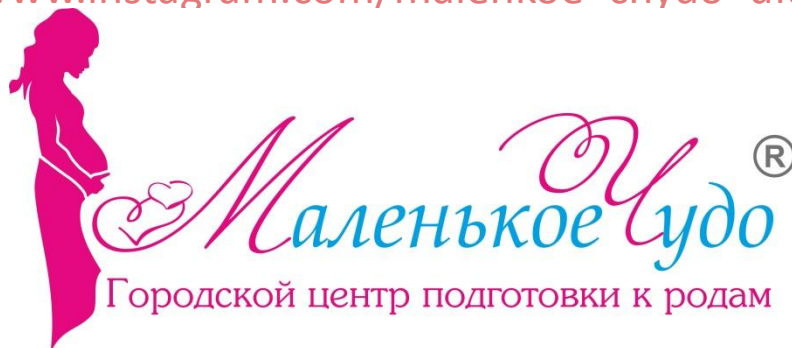
Наш адрес: г.Уфа, ул.Ю.Гагарина, 74 (остановка транспорта «Баня»)

Записаться на курсы, а также задать интересующие вопросы,  
вы можете по телефонам: (347) 266-28-40,  
8 (927) 236-28-40

Посетите наш сайт: [www.malenkoe-chydo.ru](http://www.malenkoe-chydo.ru)  
Присоединяйтесь к сообществу будущих мам и заботливых  
родителей:

[www.vk.com/malenkoechydoufa](http://www.vk.com/malenkoechydoufa)

[www.instagram.com/malenkoe\\_chydo\\_ufa](http://www.instagram.com/malenkoe_chydo_ufa)



# Месторасположение:

