



# Bezpieczny Maluch®

## Bezpłatne warsztaty dla kobiet w ciąży organizowane w ramach Ogólnopolskiej Kampanii Bezpieczny Maluch

**KRAKÓW, 25.01.2020**

godz.10:00-13:30

Szpital Ujastek

ul. Ujastek 3

Organizator warsztatów:



*Pierwsza pomoc  
bez tajemnic*

### Program warsztatów:

10.00 -10.05| Przywitanie uczestników warsztatów

10.05 -10.20| Komórki macierzyste, świadoma inwestycja w przyszłość

10.20 -10.30| Wsparcie laktacji

10.30 -10.45| "Bezpieczna podróż w ciąży"

**Ciąża a pasy bezpieczeństwa i poduszka powietrzna w samochodzie**

- Prawidłowa jazda w pasach bezpieczeństwa, nieprawidłowe ułożenie pasa biodrowego, poważnym zagrożeniem dla ciąży
- Bezpieczne miejsca w samochodzie dla kobiety w trzecim trymestrze ciąży, Czy poduszka powietrzna jest bezpieczna w ciąży?

10.45-11.15| "Bezpieczny Maluch w podróży"

**Bezpieczna podróż niemowląt**

- Prawidłowy dobór i montaż fotelika do samochodu
- Zasady bezpiecznego przewożenia dziecka w samochodzie

11.15 -11.30| Przerwa

11.30 -11.50| Geny to nie wszystko – zaprogramuj swoje dziecko na zdrowie

11.50 -12.40| Pierwsza pomoc u niemowląt

- Pierwsza pomoc w stanach nagłych u niemowląt - omówienie i ćwiczenia (bezdech, ciało obce w drogach oddechowych, utrata przytomności)

12.40 -12.55| Przerwa

12.55 -13.10| Unikanie zagrożeń w pierwszych trzech latach życia dziecka

- Unikanie zagrożeń, Bezpieczny sen niemowlęcia (Zespół Śmierci Łóżeczkowej – SIDS),

13.10 -13.25| Pierwsza Pomoc w stanach nagłych u kobiet w ciąży

13.25 -13.35| Zakończenie warsztatów i konkurs z nagrodami

[www.bezpiecznymaluch.pl](http://www.bezpiecznymaluch.pl)

