

# Ģimenes dienu Dzemdību namā atzīmējam, pulcējot vecākus un darbiniekus lekcijās un nodarbībās

Ģimenes dienas programma tika atklāta ar lekciju topošajiem vecākiem **“Dzemdību sāpju un baiļu psiholoģija. Kā sev palīdzēt?”** To vadīja Dr. Psych., klīniskā psiholoģe, kognitīvi-biheiviorālā terapeite Ilona Krone.

Programmas turpinājumā noritēja vecmātes Lindas Veidemanes lekcija **“Sagatavošanās dažādām dzemdību situācijām - dabiskas dzemdības, ierosinātas dzemdības, dzemdības ar medicīnisku atbalstu, ķeizargrieziena dzemdības”** un vecmātes un sertificētas zīdīšanas konsultantes Žanetes Eglītes **zīdīšanas nodarbība**.

Lekciju un nodarbību apmeklētājus ar dāvaniņām Ģimenes dienā sveica bērnu higiēnas preču zīmols Happy.

Ģimenes dienā lekcijas tika organizētas arī Dzemdību nama darbiniekiem. Dzemdību nama sociālā darbiniece Inguna Ziemane kolēģiem vadīja lekciju **“Kā atpazīt vardarbību ģimenē? Kā rīkoties, ja esi liecinieks iespējamai vardarbībai?”**, bet uztura speciāliste Liene Sondore **“Jaunākās atziņas par drošu un veselīgu uzturu grūtniecības un zīdīšanas laikā”**.

