

Észak-budai Szent János Centrumkórház Egészségfejlesztési iroda programjai

Baba-Mama klubok

Baba a családban – Jókai klub

A **Baba a családban** program célja a hasonló élethelyzetben lévő csecsemős vagy kisgyermekes (0-3 év) édesanyák közösség építése, támogatása és gyermekeik táplálása. A tervezett témák is a tápláláshoz, etetéshez kapcsolódnak, mint a csecsemők első fél évének táplálása, a hozzátáplálás időszaka, nem csak szoptatás támogatás, hanem a választott táplálási módban való segítségnyújtás, mint tápszer készítés higiénája és a szoptatás alatti anyai táplálkozás irányelvei. Továbbá az elég jó anya kérdéskör érintése. A találkozók ismerkedéssel, a fenti témákban kötetlen beszélgetéssel fognak telni, mint egy anyacsoport a foglalkozást tartó vezetésével.

A foglalkozásokon dietetikus és pszichológus is részt vesz.

A foglalkozások 2024. februártól 4 alkalommal kerülnek megrendezésre minden hónapban 1-1 alkalommal.

Időpontok: 2024. február 19. 10:00-11:30

2024. március 18. 10:00-11:30

2024. április 22. 10:00-11:30

2024. május 13. 10:00-11:30

Helyszín: Jókai Klub (1121 Budapest, Hollós út 5.)

A részvétel ingyenes, de regisztrációhoz kötött! A foglalkozásokon maximum 15 fő vehet részt.

Regisztráció az alábbi linken lehetséges:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfW-C1hIrUsssN3e3MeiSSTHE8cm37Udii7VQ5G6jCh3Clljg/viewform?fbclid=IwAR38pC_xaNafC384-RFmW_eFGbICL1Qy3Aj698Z_I_AbfHapbcYlwmQOY



Egészségfejlesztési Iroda
Szent János Kórház

Baba a családban



Egészséges csecsemő táplálása
Hozzátáplálás
Szoptatás alatti táplálkozás
Elég jó anya?

Foglalkozás vezető:
Tóth-Varga Csilla
Dietetikus,
egészségfejlesztő

Vendég előadó:
Meixner Júlia
Pszichológus

Helyszín: Jókai Klub (1121 Budapest, Hollós út 5.)

Időpontok: 2024.02.19. 10:00-11:30

2024.03.18. 10:00-11:30

2024.04.22. 10:00-11:30

2024.05.13. 10:00-11:30

Részvétel ingyenes, de regisztrációhoz kötött!

Jelentkezés:

 efiroda@janoskorhaz.hu

Baba a családban – Ugocsa utcai Könyvtár

A Baba mama csoport célja a hasonló élethelyzetben lévő csecsemős vagy kisgyermekes (0-3 év) édesanyák közösség építése, támogatása és gyermekeik táplálása. A tervezett témák is a tápláláshoz, etetéshez kapcsolódnak, mint a csecsemők első fél évének táplálása, a hozzátáplálás időszaka, nem csak szoptatás támogatás, hanem a választott táplálási módban való segítségnyújtás, mint tápszer készítés higiénája és a szoptatás alatti anyai táplálkozás irányelvei. Továbbá az elég jó anya kérdéskör érintése. A találkozók ismerkedéssel, a fenti témákban kötetlen beszélgetéssel fognak telni, mint egy anyacsoport a foglalkozást tartó vezetésével.

A foglalkozásokon dietetikus és pszichológus is részt vesz.

A foglalkozások 2024. februártól 4 alkalommal kerülnek megrendezésre minden hónap második keddjén.

Időpontok: 2024. február 13. 10:00-11:30

2024. március 12. 10:00-11:30

2024. április 9. 10:00-11:30

2024. május 7. 10:00-11:30

Helyszín: Szabó Ervin Ugocsa utcai Könyvtár (1126 Budapest, Ugocsa utca 10.)

A részvétel ingyenes, de regisztrációhoz kötött! A foglalkozásokon maximum 15 fő vehet részt.

Regisztráció az alábbi linken lehetséges:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfW-C1hIrUsssN3e3MeiSSTHE8cm37Udii7VQ5G6jCh3Clljg/viewform?fbclid=IwAR38pC_xaNafFc384-RFmW_eFGbICL1Qy3Aj698Z_I_AbfHapbcYlwmQOY



Egészségfejlesztési Iroda
Szent János Kórház

Baba Mama Klub

Egészséges csecsemő táplálása
Hozzátáplálás
Szoptatás alatti táplálkozás
Elég jó anya?

Foglalkozás vezető:
Tóth-Varga Csilla
Dietetikus,
egészségfejlesztő

Vendég előadó:
Meixner Júlia
Pszichológus

Helyszín: Ugocea utcai Könyvtár
(1126 Budapest, Ugocea utca 10.)

Időpontok: 2024. február 13. 10:00-11:30
2024. március 12. 10:00-11:30
2024. április 9. 10:00-11:30
2024. május 7. 10:00-11:30

Részvétel ingyenes, de regisztrációhoz kötött!

Jelentkezés:

✉ efiiroda@janoskorhaz.hu

