

Самый верный способ позаботиться о малыше – это беречь и радовать себя все 9 месяцев!



В период беременности между мамой и ребенком устанавливается самая близкая связь. Ваш малыш внутри — уникальная личность, требующая особенной заботы и ласки.



Уже с конца первого триместра малыш в утробе слышит мамино сердцебиение и голос.



С начала второго триместра он активно воспринимает информацию через общение с мамой.

С 17-й недели начинает чувствовать нежные прикосновения к животу и отличать их от случайных касаний, что обычно и становится началом активного общения мамы с малышом.

Характер ребенка начинает постепенно формироваться еще в утробе мамы. Находясь в животике мамы, он впитывает реакции на уровне восприятия интонаций, звуков, сопереживания маме.

Необходимо сохранять спокойствия и согласие в семье в период беременности и постараться с любовью объяснить важность теплой атмосферы в доме своим близким.



Занимайтесь тем, что приносит радость, найдите время для любимого дела, творчества - малыш обязательно почувствует ваш позитив.



Общайтесь с ребенком, устанавливайте контакт, расскажите сыну или дочке о своих чувствах, как вы его ждете.



Прислушайтесь к тому, как реагирует малыш. Чем больше становится малыш, тем лучше он дает себя понять. Будьте внимательны и вы научитесь различать на что он реагирует позитивно, а что его тревожит.



Если ребенок начинает беспокоиться, постарайтесь его успокоить. Поговорите с ним ласковым голосом, погладьте живот, чтобы ребенок почувствовал вашу любовь и заботу, настроился на ваш мирный лад.



Если папа рядом с вами приобщайте его к общению с ребенком.

“Жизнь ребенка, все аспекты его здоровья начинаются задолго до рождения, и поэтому пренатальный этап детства считаем очень важным этапом детства, ничуть не менее важным, чем первый или последующие годы жизни.”

Намазова-Баранова Л.С., проф., академик РАН, Президент Союза педиатров России



Меры поддержки беременной и при рождении ребенка



Фонды и организации помогающие беременным и мамам с детьми в кризисной ситуации



Помогающие организации при осложненной беременности, рождении недоношенных или проблем со здоровьем