



Līdzfinansē
Eiropas Savienība



Nacionālais
attīstības plāns



Veselības ministrija

**Eiropas Sociālā fonda Plus projekts Nr.4.1.2.6/1/24/I/001
“Izglītības iespēju nodrošināšana ārstniecībā iesaistītajām personām”**

Mācību programmas nosaukums	“Fizisko aktivitāšu un veselīga uztura veicināšana sievietēm grūtniecības un pēcdzemdību periodā, tai skaitā zīdīšanas periodā.”
Mērķa auditorija	Ārsts, ārsta palīgs, māsa, vecmāte, funkcionālais speciālists
Mācību programmas īstenošanas ilgums	8 akadēmiskās stundas (1 diena) <ul style="list-style-type: none">- 5 akadēmiskās stundas teorētiskās nodarbības- 3 akadēmiskās stundas praktiskās nodarbības
Mācību programmas mācību norises vieta un laiks	2024. gada 2. decembrī 9:00-16:00 Attālināti, Zoom formāts.
Mācību programmas mācību vadītājs/i	Jeļena Pavlova , uztura speciāliste Signe Beķere , fizioterapeite
Dokuments, kas apliecina mācību programmas apgūšanu	Apliecība par mācību programmas apguvi Apstiprināto tālākizglītības punktu skaits -8 TIP
Pieteikšanās kārtība un kontaktpersona/as	Pieteikties uz kursiem , var šeit Precizējoši jautājumi pa tālr. 29 276 990 Maija
Mācību programmas mērķis	Sniegt ārstniecības personām nepieciešamās profesionālās zināšanas, kā arī izkopt prasmes par uzturu un fizisko aktivitāti grūtniecības laikā, pēcdzemdību un zīdīšanas periodā.
Mācību programmas tēmas	Kuņģa- zarnu trakta īpatnības grūtniecības periodā. Veselīga uztura pamatprincipi; uztura bagātinātāji, vitamīni; pārtikas drošība, kaitīgie ieradumi grūtniecības laikā un pēcdzemdību periodā. Muskuloskeletārās sistēmas izmaiņas grūtniecības laikā; Fiziskā slodze un aktivitātes grūtniecības laikā un pēcdzemdību periodā. Medicīniskās kontrindikācijas fiziskajām aktivitātēm.
Mācību programmas apguves kvalitātes novērtēšana	Izglītojamie, kuri apguvuši ne mazāk kā 75% no izglītības programmas, saņem apliecību par mācību programmas apguvi un TIP skaitu turpmākajai resertifikācijai.