威海市妇幼保健院

2025年10月份孕妇学校课程表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 时间 | 课程 | 主讲人 | 适合人群 | 备注 |
| 10月9日 | 9:30-11:00 | 糖妈妈饮食与运动 | 韦飞飞 | 孕期 | 孕妇学校 |
| 14:30-15:00 | 科学“孕”动 | 刘燕 | 孕期 | 线上线下 |
| 10月10日 | 9:30-11:00 | 实操课-新生儿沐浴 | 曲慧丽 | 孕期 | 孕妇学校 |
| 14:30-15:00 | ★助力母乳喂养—母乳喂养的误区 | 赵永芹 | 孕期 | 线上线下 |
| 10月11日 | 14:30-15:00 | ★守护妈妈心灵晴天-预防孕产期抑郁症 | 张喆宇 | 孕期 | 线上线下 |
| 10月13日 | 9:30-11:00 | 实操课-一新生儿排气操 | 唐红霞 | 孕期 | 孕妇学校 |
| 14:30-15:00 | 孕产期可以中药进补吗？ | 于源源 | 孕期 | 线上线下 |
| 10月14日 | 16:30-17:00 | ★“艾梅乙”单阳家庭防护 | 赵乐 | 孕期 | 线上线下 |
| 10月15日 | 9:30-11:00 | ★实操课-母乳喂养的姿势 | 李世言 | 孕期 | 孕妇学校 |
| 14:30-15:00 | ★孕期健康信号灯，五色管理助力安心妊娠 | 赵乐 | 孕期 | 线上线下 |
| 10月16日 | 14:30-15:00 | ★如何预防出生缺陷 | 傅静 | 孕期 | 线上线下 |
| 10月17日 | 9:30-11:00 | 实操课-新生儿智护训练 | 姜媛婧 | 孕期 | 孕妇学校 |
| 14:30-15:00 | ★麻醉医生带你了解无痛分娩 | 高军宁 | 孕期 | 线上线下 |
| 10月19日 | 9:30-11:00 | **★实操课-分娩球操** | 丛龙青 | 孕期 | 预约10名 |
| 10月20日 | 9:30-11:00 | 实操课-新生儿抚触 | 于燕男 | 孕期 | 孕妇学校 |
| 14:30-15:00 | ★助力母乳喂养-特殊妈妈母乳喂养 | 任春华 | 孕期 | 线上线下 |
| 10月21日 | 14:30-15:00 | ★走出月子误区，拥抱健康新生活 | 隋丽丽 | 孕期 | 线上线下 |
| 10月22日 | 14:30-15:00 | 孕妈如何做胎教？ | 唐红霞 | 孕期 | 线上线下 |
| 10月23日 | 9:30-10:00 | ★促进自然分娩-分娩的信号有哪些 | 崔爱秋 | 孕期 | 线上线下 |
| 14:30-15:00 | ★孕期营养-谁掌握决定“顺”与“剖大权” | 杨丽娟 | 孕期 | 线上线下 |
| 10月24日 | 9:30-10:00 | 实操课-孕期运动 | 马媛媛 | 孕期 | 孕妇学校 |
| 14:30-15:00 | ★做好产前检查，助力孕期无忧 | 王丽丽 | 孕期 | 线上线下 |
| 10月26日 | 9:30-11:00 | **实操课-新生儿沐浴** | 唐红霞 | 孕期 | 预约10名 |
| 10月27日 | 9:30-11:00 | ★实操课-母乳喂养的姿势 | 隋丽丽 | 孕期 | 孕妇学校 |
| 14:30-15:00 | 爸妈这样做，宝宝更聪明 | 刘颖颖 | 孕期 | 线上线下 |
| 10月28日 | 14:30-15:00 | ★如何轻松照护新生儿 | 刘海霞 | 孕期 | 线上线下 |
| 10月29日 | 9:30-11:00 | ★实操课-分娩球操 | 刘宇 | 孕期 | 孕妇学校 |
| 14:30-15:00 | 孕期常见不适与处理 | 吴琼琼 | 孕期 | 线上线下 |
| 10月31日 | 9:30-11:00 | 新生儿智护训练 | 周先飞 | 孕期 | 孕妇学校 |
| 9:30-11:00 | 叶酸-孕育健康宝宝的守护神 | 李世言 | 孕期 | 线上线下 |

**备注:带★的为孕妇必听课，请关注课程表及微信群内公告。**