

27 октября	ХОЛЛ	КРЫША
08:00-09:00	<u>регистрация участников</u>	
09:00-10:00	<u>открытие конференции журнала «Домашний ребёнок»</u> <b>Hands-on/hands-off midwifery</b> <i>Катерина Перхова, Гейл Харт, Кэрол Гаучи, Наталия Котлар</i>	
10:00-12:00	<u>теория + практика</u> <b>Послеродовое восстановление начинается с беременности.</b> <i>Линн Шульте-Лич</i> Диастаз. Боль в спине. Недержание. Болезненные ощущения при интимной близости. Этих и других неприятностей, которые могут возникать после родов можно избежать, если правильно заботиться о себе в беременность. Поговорим о профилактике и решении этих и многих других проблем!	
12:10-13:00	<u>встреча</u> <b>Домашние роды в России и США: есть ли разница?</b> <i>Саша Зверева</i> Личный опыт и полезные советы.	
14:30-15:30	<u>теория</u> <b>Куда приводит эпидуральный трип.</b> <i>Владимир Животов</i> Сегодня можно услышать заявления о том, что эпидуральная анестезия — это лучший и безопасный метод обезболивания родов. Давайте посмотрим, что говорит об этом доказательная медицина и остеопатический опыт коррекции родовых травм.	<u>теория + практика</u> <b>Послеродовое восстановление начинается с беременности.</b> <i>Линн Шульте-Лич</i> Диастаз. Боль в спине. Недержание. Болезненные ощущения при интимной близости. Этих и других неприятностей, которые могут возникать после родов можно избежать, если правильно заботиться о себе в беременность. Продолжение лекции и ответы на вопросы.
15:40-16:10	<u>теория</u> <b>Эпидуральная анестезия: обзор исследований.</b> <i>Катерина Перхова</i> Только доказанные факты.	<u>теория+практика</u> <i>Кортни Джареки</i> <b>Homebirth cesarean</b> Homebirth cesarean («домашние роды-кесарево» или НВС) — новый термин в акушерском лексиконе и название системы, созданной для помощи женщинам, пережившим глубокую душевную и физическую травму из-за того, что их запланированные домашние роды завершились экстренным кесаревым сечением. Автор книги Homebirth cesarean поделится с вами эффективными техниками и приемами из опыта сотен акушерок, доул и родителей.
19:00-20:30	<u>практика</u> <b>Dancing For Birth demo class.</b> <i>Стефани Ларсон</i> Не упустите возможность познакомиться со Стефани Ларсон, доулой, танцовщицей, мамой четверых детей и автором международного проекта Dancing For Birth! Программа признана одной из лучших в области фитнеса для беременных. Включает движения из традиционных танцев народов Индии, Арабских стран, Африки и других культур. Снижает риск осложнений в родах и вдохновляет! Программа одобрена DONA.	
09:00-19:00	<u>специальный семинар (для участников конференции доплата 20\$)</u> <b>Hands on Health the Maya Way.</b> <i>Глория де Гаст</i> Вводный сертификационный курс по массажным техникам, основанным на древних традициях цивилизации майя. Семинар будет интересен и родителям, и специалистам! Фундаментальный обзор анатомии и физиологии брюшной полости, истории метода Arvigo и практические приемы самомассажа, которые помогают при ПМС, во время беременности и после родов. Этот курс является обязательным условием для сертификации профессионального специалиста по технике Arvigo. Все участники получают международный сертификат Arvigo. Участие по записи строго до 30 человек.	

28 октября	ХОЛЛ	ЧАЙНАЯ	КРЫША
09:30-12:00	<p><u>практика</u> <b>Вертикальные роды: для доул и акушерок.</b> <i>Стефани Ларсон</i></p> <p>Авторские техники, помогающие сделать роды короче, снизить риск кесарева сечения, дистосии плечиков и сделать опыт родов для мамы еще прекраснее.</p>	<p><u>практика (09:00-10:30)</u> <b>«Что делать дальше»</b> <i>Дарья Уткина</i></p> <p>Подход Birthing from Within отличается одновременно психологической глубиной и любовью к практике. Например, можно много говорить о спонтанности в родах, а можно вместо слов перейти к делу и сыграть в игру «Что делать дальше». Дарья Уткина поделится правилами игры и покажет, как можно применять её в работе с группами и индивидуально.</p> <p><u>практика (10:40-12:00)</u> <b>Театр родов.</b> <i>Наталья Котлар</i></p> <p>Идея разыгрывать роды возникла в начале 90-х годов прошлого века. Принадлежит она, как и название этой методики «Театр Родов», Алексею Саргунасу, психологу, философу, художнику, режиссёру, папе пятерых детей. Занятие превращается в яркий, зрелищный, весёлый перформанс, на который зачастую приглашают родственников.</p>	
13:30-18:00	<p><u>секреты мастерства</u> <b>Роды без вмешательств.</b> <i>Гейл Харт и Диана Гослин</i></p> <p>За спокойствием и уверенностью акушерки, приезжающей на роды «вязать в уголке», стоит огромный опыт, знания, мудрость и интуиция, благодаря которым она может мгновенно вмешаться и помочь маме и ребёнку, когда это действительно необходимо. Своим опытом поделится акушерка с опытом более 8000 успешно принятых домашних родов. Мы рассмотрим тазовые роды, вагинальные роды после КС, рождение двойни, дистосию, затяжные роды, «активное» и «пассивное» ведение третьего периода родов, стимуляцию родов и другие вопросы.</p>	<p><u>практика (13:30-15:00)</u> <b>Естественные роды: 100 секретов.</b> <i>Наталья Котлар</i></p> <p>Как избежать вмешательств в роды? Как подготовиться к домашним родам? Можно ли естественно родить в роддоме? Что такое лотосовые роды? Что важно знать родителям, планирующим роды в океане? Как дышать, какие позы в родах уменьшают боль и помогают избежать разрывов промежности? На этом семинаре вы найдете ответы если не на все, то почти на все свои вопросы!</p> <p><u>практика (15:10-16:30)</u> <b>Боль. Дыхание. Рисунок.</b> <i>Светлана Гончаренко-Трунова</i></p> <p>Опытная акушерка поделится своим авторским методом работы с болью в родах и техниками дыхания! А также мы будем много рисовать и писать, чтобы в родах вспомнилось только самое важное.</p> <p><u>практика (16:40-18:00)</u> <b>Секс во время беременности и после родов.</b> <i>Катерина Перхова</i></p> <p>Опасен ли секс во время беременности? Станет ли секс «другим» после родов? Как вернуть желание? Как найти время на себя, детей и личную жизнь с любимым мужем?</p>	<p><u>теория+практика (13:30-15:00)</u> <b>Как рожали наши предки: обряды и традиции.</b> <i>Ирина Кандрина</i></p> <p>Славянская гимнастика Вэйга как способ расслабления во время беременности и восстановления после родов. Техника основана на «восьмерках тела». Источники гимнастики — русский рукопашный бой, оздоровительные практики.</p> <p><u>практика (15:10-17:00)</u> <b>Славянский метод послеродового повивания.</b> <i>Юлия Шелепина</i></p> <p>Во время практического мастер-класса вы познакомитесь с «повиванием» и «ладками» в славянской традиции. Узнаете техники парения женщины после родов. Научитесь приемам послеродового массажа. «Ладки», «пеленание» на зачатие.</p> <p><u>теория (17:10-18:00)</u> <b>Доула: права и возможности.</b> <i>Арина Покровская</i></p> <p>Юрист и психолог с большим практическим опытом расскажет обо всем, что важно знать доуле, сопровождающей роды в роддоме.</p>
19:00-21:30	<p><u>беседа 19:00-20:30</u> <b>«Наши ночные кошмары»: истории из практики.</b> <i>Гейл Харт, Диана Гослин, Кэрл Гаучи</i></p> <p>Чего вы больше всего боитесь? Осложнений, с которыми вы не справитесь в родах? Финансовых сложностей? Правовых проблем? У каждой акушерки есть свой «ночной кошмар». Будем рассказывать истории, делиться советами, мнениями и учиться справляться со страхами!</p> <p><u>семинар-разговор 20:40-21:30</u> <b>Профессиональное выгорание.</b> <i>Светлана Акимова</i></p> <p>Как защитить себя от профессионального выгорания и что делать, если оно вас уже настигло? Приглашаем начинающих и опытных акушерок на семинар-разговор, включающий позитивные практические техники!</p>		<p><u>теория+практика (19:00-21:30)</u> <b>«Очень хочу ребенка, но не получается...»</b> <i>Глория де Гаст</i></p> <p>Сложности с зачатием — могут разрушить семейное счастье. Прервавшаяся беременность — это всегда большая утрата. Очень важно, чтобы в такой момент рядом были любящие близкие и понимающие доулы и акушерки. Поговорим о том, как исцелить душу и тело, как найти место в сердце для новой жизни. Приглашаем на семинар родителей, планирующих зачатие, доул и всех, кто помогает женщинам!</p>

29 октября	ХОЛЛ	КРЫША
09:00-12:00	<p><u>практика (09:00-10:30)</u>  <b>Послеродовое восстановление в традициях Таиланда.</b>  <i>Анна Гедре</i></p> <p>На семинаре участницы познакомятся с тайскими традициями ухода за женщиной в послеродовой период, научатся тайскому подвязыванию живота, узнают о традиционном использовании трав и овладеют техникой бережного массажа живота, который поможет эффективно восстановиться после родов. Мы также рассмотрим способы интеграции тайских традиций в доульскую практику послеродового ухода за женщиной.</p> <p><u>практика (10:40-12:00)</u>  <b>Мексиканская традиция Rebozo closing: с любовью к женщине.</b>  <i>Наталья Томилина</i></p> <p>Из чего складывается закрывание родов, которое делают в Мексике? В каком состоянии нужно идти «пеленать»? Как создать пространство для «истории родов»? Практика высвобождения телесного и эмоционального напряжения с помощью «ребозо». «Мексиканская аюрведа» — техника поливания головы отваром трав. Закрывание с помощью ребозо.</p>	<p><u>кулинарный мастер-класс (09:00-11:00)</u>  <b>The Microbiome Midwife Kitchen.</b>  <i>Кэрол Гаучи и Катерина Вард</i></p> <p>Опытная акушерка Кэрол поделится своими кулинарными рецептами. Мы не только подробно поговорим о питании во время беременности и после родов, но и приготовим полезные и вкусные блюда и напитки! Поговорим о важных продуктах в любой диете (от мясо-молочной до сыроедения). Ферментированные продукты. Зелень. Суперфуды. Рассмотрим кухни народов мира. Катерина Вард расскажет о своих любимых блюдах, которые она рекомендует своим беременным.</p> <p><u>кулинарный мастер-класс (11:00-12:00)</u>  <b>Интуитивное питание во время беременности, после родов и всю жизнь.</b>  <i>Екатерина Плотно</i></p> <p>Как научиться заново жить, любить себя, относиться с уважением и любовью к пище. Что главное в приготовлении здоровых блюд. Подготовка к приему пищи: создание пространства, сервировка, размер порций, настрой на положительные эмоции. Культура приема пищи: формирование привычки держать осанку во время еды, благодарить за пищу, есть осознанно.</p>
13:30-18:00	<p><u>разговор (13:30-14:30)</u>  <b>Закрывание родов.</b>  <i>Марьяна Олейник</i></p> <p>Познакомьтесь с авторским методом психотерапевтической работы в послеродовой период, созданным доулой и студенткой Московского Института Гештальта и Психодрамы. Поговорим о том, как мы можем помочь женщине пройти 5 стадий проживания нового опыта (отрицание, поиск виноватых, торг, тщетность и принятие).</p> <p><u>разговор (14:40-15:40)</u>  <b>Церемония «Розмарин для Утробы»</b>  <i>Катерина Вард</i></p> <p>Romero para uterino — или история о запечатывании Священного Сосуда. Это внешне довольно простая женская послеродовая обрядовая практика, распространенная в обособленных провинциях Перуанской Амазонии.</p> <p><u>практика (15:50-18:00)</u>  <b>Послеродовое пеленание: «золотые техники».</b>  <i>Алена Лебедева</i></p> <p>Авторская методика послеродового восстановления женщины, объединяющая знания анатомии и физиологии, акушерства, психологии, арома- и фитотерапии, висцерального, соединительнотканного и лимфодренажного массажа.</p>	<p><u>теория+практика (13:30-15:00)</u>  <b>Осмотр новорожденного.</b>  <i>Диана Гослин</i></p> <p>На что важно обратить внимание при осмотре новорожденного? О чем стоит беспокоиться, а о чем нет? Какие первые советы важно дать маме? Что мы смотрим во время первых послеродовых патронажей?</p> <p><u>теория (15:10-16:10)</u>  <b>Этапы развития нервной системы от рождения и до школьного возраста.</b>  <i>Михаил Головач</i></p> <p>Как определить признаки отклонений в развитии? Что считать нормой и как не пропустить патологию? Определения нарушений.</p> <p><u>практика (16:20-18:00)</u>  <b>Как определить кровопотерю в родах.</b>  <i>Гейл Харп</i></p> <p>Чтобы оставаться спокойными во время рождения плаценты и не вмешиваться, необходимо хорошо понимать физиологию третьего периода родов. Вы узнаете, как адекватно оценить кровопотерю женщины в родах, избежать кровотечения и других осложнений. Мы будем много практиковаться! Внимание: будет использоваться кровь животных или ее аналоги, беременным посещать не рекомендуется.</p>
19:00-20:00	<p><u>важный разговор (19:00-20:00)</u>  <b>Принцип Primum non nocere («прежде всего — не навреди») в работе доулы и акушерки.</b>  <i>Катерина Перхова и Екатерина Житомирская-Шехтман</i></p> <p>Что значит (не)вмешательство? Может ли доула вмешиваться в роды? Где начинаются и где заканчиваются границы ответственности доулы и акушерки? Слова акушерки и доулы во время беременности и в родах могут быть как лекарством, так и принести непоправимый вред. Давайте обсудим эти сложные вопросы и составим Этический кодекс идеального Помощника в родах!</p>	
20:00-21:00	<p><u>закрытие конференции</u>  <i>все ведущие</i></p>	