



15 ноября
2025 года

Москва,
пл. Евразии, д. 2, отель «Рэдиссон Славянская»

Дорогие наши будущие мамы, заботливые папы, бабушки и дедушки, их верные друзья и подруги!

Приглашаем вас на 3-й Информационный эксперт-форум для будущих родителей «Гнездо-2025».

Когда? Даты и место нашей встречи уже определены:

суббота, 15 ноября, двери откроются ровно в 10.00 утра

Где? Отель «Рэдиссон Славянская», Москва, пл. Евразии, д. 2

Период беременности, родов и последующего материнства – всегда время многочисленных **вопросов и беспокойства**. Меняется женский организм, трансформируется образ жизни, перестраиваются отношения в семье, а появившийся новорождённый вообще ставит всё вверх дном. Именно поэтому один из важных аспектов жизни женщины в этот период – **качественная информация!**

Вопросы нуждаются в ответах! И – **только** ЭКСПЕРТНОГО уровня!

Мы, врачи из Ассоциации МАРС, приглашаем вас под крылышко нашего «Гнезда», чтобы мы могли поделиться с вами своим богатым опытом и глубокими практическими знаниями – с хорошим уровнем доказательности (мы же **эксперты** в своём деле!).

В числе спикеров – ведущие акушеры-гинекологи, генетики, врачи-неонатологи и педиатры, специалисты по грудному вскармливанию, психологи. Мы расскажем о здоровье будущей мамы во время беременности и рождении здорового ребёнка, покажем и дадим попробовать на мастер-классах и интерактивах все нюансы ухода за новорождённым, раскроем секреты успешного грудного вскармливания, представим ценные рекомендации и полезные советы по сохранению трудовых прав и получению льгот.



Внимание! Количество мест ограничено!
Вход на площадку форума строго по предварительной регистрации!

**До скорой встречи
на «Гнезде - 2025»!**

Все подробности на smartprosvet.ru





15 ноября
2025 года

Москва,

пл. Евразии, д. 2, отель «Рэдиссон Славянская»

Что обсудим?

- Как правильно выбрать роддом? Почувствуйте разницу!
- Что такое партнёрские роды и как правильно оформить все документы, а партнёру – не упасть в обморок?
- Зачем нужны вертикальные роды? В чём их преимущества и недостатки?
- Немедикаментозное обезболивание родов: как его правильно осуществлять и почему без сотрудничества с роженицей эффект будет хуже?
- Как правильно питаться во время беременности, во время родов (!) и в послеродовом периоде?
- Как правильно настроить режим дня беременных и в целом образ жизни?
- Тревога и страх родов. Почему женщина испытывает такие эмоции и что с ними делать?
- Послеродовая депрессия и нарушение сексуальной гармонии в семье: как не бояться неопределённости и как преодолевать?
- Мастер-класс по тейпированию.
- «Золотой час» в родильном зале: почему он так важен?
- Особенности ухода за новорождённым: инструкция по применению.
- Правила грудного вскармливания: питание – основа основ здоровья ребёнка.

Отдельно на той же площадке состоится **фестиваль-смотр перинатальных центров и родильных домов** Москвы и Московской области.

Каждая минута форума имеет все шансы стать незабываемым приключением в мир материнства и отцовства, полным ценных советов и вдохновляющих историй.

Приходите сами, приводите своих любимых и близких – вместе проходить этот путь всегда легче, тем более когда твёрдо знаешь, что родительство делает человека счастливее.

**«...Беременную женщину носите на руках,
на кормящую – молитесь!»**

**До скорой встречи
на «Гнезде-2025»!**



Мероприятие проходит под эгидой Междисциплинарной ассоциации специалистов репродуктивной медицины (МАРС) в сотрудничестве с РУДН им. Патриса Лумумбы, главным акушером Департамента здравоохранения города Москвы проф. А.С. Оленевым, главным акушером-гинекологом Минздрава Московской области проф. О.Ф. Серовой, при поддержке Федерального проекта «Женское движение "Единой России"».

Научный и технический организатор: Медиабюро StatusPraesens