

Załącznik  
do uchwały Nr 21/2022  
Zarządu Powiatu Ciechanowskiego  
z dnia 10 lutego 2022 roku

Ogłoszenie o konkursie ofert na wybór realizatora programu polityki zdrowotnej pn. „Edukacja przyszłych rodziców w Szkole Rodzenia”.

## **ZARZĄD POWIATU CIECHANOWSKIEGO**

### **ogłasza konkurs ofert**

**na wybór realizatora programu polityki zdrowotnej pn. „Edukacja przyszłych rodziców w Szkole Rodzenia”**

#### **I. Przedmiot konkursu :**

Przedmiotem konkursu jest wybór realizatora, który zorganizuje i przeprowadzi zajęcia edukacyjne (teoretyczne i praktyczne) dla przyszłych rodziców z terenu powiatu ciechanowskiego w ramach programu polityki zdrowotnej pn. „Edukacja przyszłych rodziców w Szkole Rodzenia” oraz dokona monitoringu i ewaluacji programu, z zachowaniem założeń określonych w *Szczegółowych warunkach konkursu ofert*, stanowiących załącznik nr 1 do niniejszego ogłoszenia.

**II. Wysokość środków przeznaczonych na realizację zadania : 50.000,00 zł**  
(słownie : pięćdziesiąt tysięcy złotych)

#### **III. Podmioty uprawnione do składania ofert i uczestnictwa w konkursie :**

Podmioty wykonujące działalność leczniczą wymienione w art. 4 ust. 1 ustawy z dnia 15 kwietnia 2011 r. o działalności leczniczej (Dz. U. z 2021 r., poz. 711 ze zm.), spełniające wymagania określone w *Szczegółowych warunkach konkursu ofert* stanowiących załącznik nr 1 do niniejszego ogłoszenia, zwani dalej oferentami.

**IV. Okres realizacji zamówienia :** od daty zawarcia umowy do 20 grudnia 2022 roku

#### **V. Sposób przygotowania oferty :**

1. Ofertę na konkurs należy sporządzić na formularzu oferty, który stanowi załącznik nr 2 do niniejszego ogłoszenia.
2. Formularz oferty można pobrać ze strony internetowej Starostwa [www.ciechanow.powiat.pl](http://www.ciechanow.powiat.pl).
3. Oferta musi być sporządzona w języku polskim.
4. Oferta musi być podpisana i opieczątowana przez przedstawiciela / przedstawicieli oferenta upoważnionego /upoważnionych do reprezentowania oferenta na zewnątrz i składania oświadczeń woli w imieniu oferenta.

5. Do oferty należy dołączyć wszystkie dokumenty wymienione w formularzu ofert.
6. Kserokopie dokumentów muszą zawierać na każdej stronie potwierdzenie za zgodność z oryginałem oraz czytelny podpis (lub podpis i pieczętkę) osoby /osób upoważnionej/upoważnionych do reprezentowania oferenta.
7. Oferent ponosi wszelkie koszty związane z przygotowaniem i złożeniem oferty.

## **VI. Miejsce i termin składania ofert :**

1. Oferty należy składać w siedzibie Starostwa Powiatowego w Ciechanowie, ul.17 Stycznia 7, w Biurze Obsługi Mieszkańców (na parterze), od poniedziałku do piątku w godzinach pracy Starostwa Powiatowego (poniedziałek–piątek 8<sup>00</sup> - 16<sup>00</sup>) lub przesłać na adres : Starostwo Powiatowe w Ciechanowie, ul. 17 Stycznia 7, 06 – 400 Ciechanów.
2. Oferty należy składać w zamkniętej kopercie z napisem : Starostwo Powiatowe w Ciechanowie, ul. 17 Stycznia 7, 06 – 400 Ciechanów, *Konkurs ofert, Program polityki zdrowotnej „Edukacja przyszłych rodziców w Szkole Rodzenia”*.
3. Ostateczny termin składania ofert upływa **w dniu 04 marca 2022 r.**  
W przypadku przesłania oferty drogą pocztową za datę złożenia oferty **przyjmuje się datę wpływu oferty do Starostwa Powiatowego** w Ciechanowie.
4. Wszystkie oferty złożone po terminie wymienionym w pkt 3 pozostaną bez rozpatrzenia.

### Załączniki :

1. Szczegółowe warunki konkursu ofert.
2. Formularz oferty.
3. Projekt umowy.
4. Program polityki zdrowotnej pn. „Edukacja przyszłych rodziców w Szkole Rodzenia”.

### **Szczegółowe warunki konkursu ofert**

na wybór realizatora programu polityki zdrowotnej pn. „Edukacja przyszłych rodziców w Szkole Rodzenia”.

#### **I. Przedmiot konkursu :**

Organizacja i przeprowadzenie zajęć edukacyjnych (teoretycznych i praktycznych) dla przyszłych rodziców z terenu powiatu ciechanowskiego w ramach programu polityki zdrowotnej pn. „Edukacja przyszłych rodziców w Szkole Rodzenia” oraz dokonanie monitoringu i ewaluacji tego programu (opracowanie i przeprowadzenie testu sprawdzającego wiedzę przed rozpoczęciem zajęć i na koniec, przeprowadzenie ankiet wśród uczestniczek programu dot. oceny przydatności nabytej wiedzy i umiejętności na zakończenie zajęć i trzy miesiące po porodzie).

#### **II. Populacja objęta programem :**

Kobiety w ciąży od 26 tygodnia ciąży, które przedstawią zaświadczenie od lekarza prowadzącego ciążę o braku przeciwwskazań do udziału w Szkole Rodzenia (zaświadczenie powinno być wydane nie wcześniej niż 30 dni przed rozpoczęciem zajęć) i ich małżonkowie (przyszli ojcowie dziecka) z terenu powiatu ciechanowskiego.

#### **III. Miejsce realizacji zajęć :** teren powiatu ciechanowskiego

#### **IV. Oferenci powinni spełniać następujące warunki :**

1. *Podstawowa kadra, która powinna prowadzić zajęcia edukacyjne w ramach programu :*

- lekarz specjalista ginekolog – położnik,
- położna,
- fizjoterapeuta (posiadający doświadczenie w prowadzeniu zajęć w Szkole Rodzenia),
- psycholog.

2. *Warunki lokalowe oraz wyposażenie w sprzęt niezbędny do realizacji zajęć :*

- sala /sale do prowadzenia zajęć teoretycznych i praktycznych wyposażona/e w niezbędny sprzęt dydaktyczny (np. projektor multimedialny, komputer, odtwarzacz płyt) i pomoce dydaktyczne (worki sako, piłki do ćwiczeń, lalki do ćwiczeń kąpieli i przewijania noworodka, materace),
- sala/sale do zajęć powinny spełniać wymogi w zakresie bezpieczeństwa i higieny.

3. *Długość jednego cyklu zajęć :*

8 spotkań po 2 godziny (zajęcia teoretyczne - 45 minut, zajęcia praktyczne - 60 minut)

4. *Wielkość grup na zajęcia :*

minimalnie – 4 pary (8 osób)  
maksymalnie – 10 par (20 osób).

5. *Tematyka zajęć powinna obejmować następujące zagadnienia :*

- a/ ciąża - zmiany zachodzące w organizmie kobiety w czasie ciąży, zasady prawidłowego odżywiania, wpływ palenia papierosów i spożywania alkoholu na przebieg ciąży i rozwój dziecka, właściwa higiena jamy ustnej, „kontakt z dzieckiem” (jak odbiera świat, jak można się z nim kontaktować i bawić?), przygotowanie do porodu (zwiastuny zbliżającego się porodu, kiedy zgłosić się do porodu?, co zabrać ze sobą do szpitala?),
- b/ poród – przebieg porodu fizjologicznego, czynna postawa rodzącej podczas porodu, świadomość oddychania w poszczególnych okresach porodu, zasady parcia, niefarmakologiczne i farmakologiczne metody łagodzenia bólu porodowego, wpływ psychoprofilaktyki na ograniczenie stosowania farmakologicznych środków przeciwbólowych i spazmolitycznych, poród rodzinny,
- c/ zasady opieki poporodowej,
- d/ wybrane zagadnienia psychologiczne dotyczące kobiety w ciąży i połogu – stany emocjonalne w czasie ciąży, „baby blues”, depresja poporodowa, przystosowanie się do nowej roli,
- e/ karmienie piersią - zalety i zasady karmienia piersią, praktyczne aspekty karmienia piersią (pozycje, pielęgnacja piersi, sprzęt wspomagający laktację), wątpliwości dotyczące karmienia piersią, problemy związane z karmieniem piersią (np. nawał pokarmu, uszkodzone brodawki, zastój pokarmu, kryzysy laktacyjne, odciąganie i przechowywanie pokarmu, karmienie piersią podczas choroby matki) i sposoby radzenia sobie z nimi, odżywianie się matki karmiącej,
- f/ powrót płodności po porodzie, antykoncepcja w okresie laktacji, współżycie seksualne po przyjściu dziecka na świat,
- g/ gimnastyka ogólnie usprawniająca, techniki relaksacyjne, techniki oddychania, ćwiczenia przygotowujące do porodu, ćwiczenia w połogu,
- h/ pielęgnacja noworodka/niemowlęcia (np. codzienna pielęgnacja skóry, kąpiel, przewijanie, ubieranie, sen, płacz jako forma komunikacji noworodka z rodzicami, werandowanie i spacer),
- i/ pierwsza pomoc w stanach nagłych u noworodka i niemowlęcia,
- j/ problemy zdrowotne w okresie noworodkowym/niemowlęcym,
- k/ szczepienia obowiązkowe i zalecane,
- l/ rola ojca w czasie porodu, połogu oraz opieki nad noworodkiem i niemowlęciem,
- m/ uprawnienia związane z rodzicielstwem wynikające z kodeksu pracy, zasiłek rodzinny i dodatki do zasiłku rodzinnego,
- n/ zapoznanie rodziców z warunkami sali porodowej, jej wyposażeniem oraz personelem.

.....  
pieczęć oferenta

.....  
miejsowość, data

**Formularz oferty**  
**na realizację programu polityki zdrowotnej pn. „Edukacja przyszłych rodziców w Szkole Rodzenia”**

I. Dane oferenta :

Nazwa : .....  
.....

Adres : .....  
.....

tel. .... e-mail .....

Numer wpisu do rejestru podmiotów wykonujących działalność leczniczą lub innego właściwego rejestru / ewidencji wraz z oznaczeniem organu dokonującego wpisu  
.....  
.....  
.....

NIP ..... REGON .....

Osoby upoważnione do reprezentacji oferenta i składania oświadczeń woli w jego imieniu, w tym do podpisania umowy (imię, nazwisko)

.....  
.....  
.....

Koordinator programu – osoba do kontaktu w sprawach dotyczących realizacji programu (nazwisko i imię, nr telefonu)

.....  
.....





Miejsce realizacji zajęć :

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Dni tygodnia i godziny realizacji zajęć :

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Sposób rejestracji osób na zajęcia :

osobiście (adres, godziny) - .....  
.....  
telefonicznie (numer, godziny) - .....  
.....

**Jednocześnie oferent oświadcza, że :**

- Zapoznał się z treścią ogłoszenia o konkursie ofert na wybór realizatora programu polityki zdrowotnej pn. „Edukacja przyszłych rodziców w Szkole Rodzenia” oraz ze szczegółowymi warunkami konkursu ofert.
- Program polityki zdrowotnej pn. „Edukacja przyszłych rodziców w Szkole Rodzenia” będzie realizowany w pomieszczeniach, które pod względem technicznym i sanitarnym spełniają wymagania określone w rozporządzeniu Ministra Zdrowia z dnia 26 marca 2019 r. w sprawie szczegółowych wymagań, jakim powinny odpowiadać pomieszczenia i urządzenia podmiotu wykonującego działalność leczniczą (Dz. U. z 2019 r., poz. 595 ze zm.).
- Kwalifikacje zawodowe osób realizujących program polityki zdrowotnej pn. „Edukacja przyszłych rodziców w Szkole Rodzenia”, wymienionych w pkt III formularza oferty, są zgodne ze stanem faktycznym i gwarantują prawidłową realizację programu.

.....  
podpis i pieczęć osoby/osób upoważnionej/nych do reprezentacji  
oferenta i składania oświadczeń woli w jego imieniu



**Do oferty należy dołączyć :**

- załącznik nr 1 ( w zależności od statusu prawnego oferenta )  
aktualny wypis z rejestru podmiotów wykonujących działalność leczniczą prowadzonego przez wojewodę w zakresie Działu I księgi rejestrowej  
aktualny odpis z Krajowego Rejestru Sądowego lub zaświadczenie o wpisie do ewidencji działalności gospodarczej potwierdzające status prawny oferenta, zakres prowadzonej przez niego działalności, organy uprawnione do reprezentacji oferenta i sposób reprezentacji oferenta. Jeżeli działania organów uprawnionych do reprezentacji wymagają odrębnych upoważnień – stosowne upoważnienia udzielone tym organom.
- załącznik nr 2 – kserokopię umowy ubezpieczenia od odpowiedzialności cywilnej obejmującej szkody będące następstwem udzielania świadczeń zdrowotnych, na okres ich udzielania, bądź zobowiązanie oferenta do zawarcia umowy ubezpieczenia od odpowiedzialności cywilnej lub jej przedłużenia w przypadku gdy termin ubezpieczenia wygasa w trakcie trwania umowy na realizację programu polityki zdrowotnej.
- załącznik nr 3 – inne informacje, które oferent chce przedstawić (np. informacje prasowe o działalności oferenta, dotychczasowe osiągnięcia, dokumenty potwierdzające doświadczenie w realizacji programów polityki zdrowotnej – wg uznania oferenta).

Kserokopie dokumentów muszą być na każdej stronie potwierdzone za zgodność z oryginałem przez osobę/- y upoważnioną /- e do reprezentowania oferenta.

**Umowa**

zawarta w dniu ..... w Ciechanowie

pomiędzy

Powiatem Ciechanowskim z siedzibą w Ciechanowie, ul. 17 Stycznia 7,  
reprezentowanym przez Zarząd Powiatu Ciechanowskiego:  
Joannę Potocką - Rak – Starostę Ciechanowskiego oraz  
Marka Marcinkowskiego – Wicestarostę Ciechanowskiego  
przy kontrasygnacie  
Hanny Dworeckiej – Skarbnika Powiatu Ciechanowskiego  
zwanym dalej „Powiatem”

a

.....  
reprezentowanym przez .....  
realizatorem programu polityki zdrowotnej pn. „Edukacja przyszłych rodziców  
w Szkole Rodzenia”  
zwanym dalej „Realizatorem”  
i łącznie zwanymi „Stronami”

na podstawie art. 48b ust. 1 i 6 ustawy z dnia 27 sierpnia 2004 r.  
o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych  
(Dz. U. z 2021 r., poz. 1285 ze zm.) oraz w związku z § 9 ust. 2 pkt 22 Regulaminu  
planowania, przygotowania i udzielania zamówień o wartości mniejszej od kwoty 130 000  
PLN w Starostwie Powiatowym w Ciechanowie.

**§ 1**

1. W wyniku przeprowadzonego konkursu ofert Powiat zleca a Realizator przyjmuje do wykonania zadanie polegające na zorganizowaniu i przeprowadzeniu zajęć edukacyjnych (teoretycznych i praktycznych) dla przyszłych rodziców z terenu powiatu ciechanowskiego w ramach programu polityki zdrowotnej pn. „Edukacja przyszłych rodziców w Szkole Rodzenia ” oraz dokonaniu monitoringu i ewaluacji programu, tj. opracowanie i przeprowadzenie testu sprawdzającego wiedzę przed rozpoczęciem zajęć i na koniec, przeprowadzenie ankiet wśród uczestniczek programu dot. oceny przydatności nabytej wiedzy i umiejętności na zakończenie zajęć i trzy miesiące po porodzie.
2. Zakres przedmiotu umowy jest tożsamy ze zobowiązaniem Realizatora zawartym w ofercie, która stanowi załącznik do niniejszej umowy.

**§ 2**

1. Koszt udziału jednej osoby w programie wynosi brutto ..... zł (słownie : .....).
2. Wartość wynagrodzenia za realizację przedmiotu umowy określa się jako iloczyn kosztu udziału jednej osoby w programie, o którym mowa w ust. 1 i ilości osób

biorących udział w programie, które nie może przekroczyć kwoty 50.000 zł brutto (słownie : pięćdziesiąt tysięcy złotych).

### § 3

1. Umowa zostaje zawarta na okres **od ..... 2022 r. do ..... 2022 r.**
2. Realizator zobowiązuje się realizować program polityki zdrowotnej zgodnie z ofertą.
3. Realizator zobowiązuje się do wykorzystania otrzymanych od Powiatu środków zgodnie z celem, na jaki je uzyskał i na warunkach określonych niniejszą umową. Dotyczy to także ewentualnych przychodów uzyskanych przy realizacji umowy, których nie można było przewidzieć przy kalkulowaniu wielkości dotacji oraz odsetek bankowych od przekazanych przez Powiat środków, które należy wykorzystać wyłącznie na realizację programu polityki zdrowotnej.

### § 4

1. Powiat zobowiązuje się do przekazania na realizację programu polityki zdrowotnej kwoty w wysokości 50.000,00 zł (słownie: pięćdziesiąt tysięcy złotych), na rachunek bankowy Realizatora:  
.....,  
w terminie 30 dni od dnia zawarcia niniejszej umowy.
2. Realizator oświadcza, że jest jedynym posiadaczem wskazanego w ust. 1 rachunku bankowego i zobowiązuje się do utrzymania wskazanego powyżej rachunku nie krócej niż do chwili dokonania ostatecznych rozliczeń z Powiatem, wynikających z niniejszej umowy.

### § 5

1. Strony ustalają, że środki powinny być wykorzystane do dnia 20 grudnia 2022 r.
2. Rozliczenie wykorzystania środków Realizator sporządza i przekazuje nie później niż w ciągu 30 dni od zakończenia realizacji zadania.
3. Środki niewykorzystane do dnia 20 grudnia 2022 r., Realizator zobowiązany jest zwrócić do budżetu powiatu do dnia 31 grudnia 2022 r.
4. Od kwot dotacji zwróconych po terminie, określonym w ust. 3, nalicza się odsetki w wysokości określonej jak dla zaległości podatkowych począwszy od dnia następującego po dniu, w którym upłynął termin zwrotu dotacji.

### § 6

1. Jeżeli na podstawie informacji z realizacji programu polityki zdrowotnej lub czynności kontrolnych przeprowadzonych przez Powiat zostanie stwierdzone, że Realizator wykorzystał całość lub część środków niezgodnie z przeznaczeniem, lub pobrał całość lub część środków w sposób nienależny lub w nadmiernej wysokości, Realizator jest zobowiązany do zwrotu tych środków, odpowiednio w całości lub w części, wraz z odsetkami w wysokości określonej jak dla zaległości podatkowych, w terminie i na rachunek wskazany przez Powiat.
2. Odsetki od środków wykorzystanych niezgodnie z przeznaczeniem lub pobranych w sposób nienależny albo w nadmiernej wysokości są naliczane od dnia przekazania nieprawidłowo wykorzystanych lub pobranych środków.

## **§ 7**

Realizator jest zobowiązany do przedstawienia na żądanie Powiatu wszelkich informacji i wyjaśnień związanych z realizacją programu polityki zdrowotnej w wyznaczonym przez niego terminie.

## **§ 8**

1. Realizator jest zobowiązany poddać się kontroli w zakresie prawidłowości realizacji programu polityki zdrowotnej dokonywanej przez Powiat.
2. Kontrolę przeprowadza się w siedzibie Realizatora lub w miejscu realizacji programu polityki zdrowotnej.
3. Realizator jest zobowiązany zapewnić Powiatowi prawo wglądu we wszystkie dokumenty, w tym dokumenty elektroniczne, związane z realizacją programu polityki zdrowotnej, przez cały okres ich przechowywania określony w § 9 ust. 2.

## **§ 9**

1. Realizator jest zobowiązany do prowadzenia wyodrębnionej dokumentacji finansowo-księgowej i ewidencji księgowej dotyczącej realizacji programu polityki zdrowotnej, zgodnie z zasadami wynikającymi z ustawy z dnia 29 września 1994 r. o rachunkowości (Dz. U. z 2021 r., poz. 217 ze zm.).
2. Realizator zobowiązuje się do przechowywania dokumentacji związanej z realizacją programu polityki zdrowotnej przez 5 lat, licząc od początku roku następującego po roku, w którym Realizator realizował program.

## **§ 10**

1. Realizator zobowiązuje się do informowania, że program polityki zdrowotnej jest finansowany ze środków otrzymanych od Powiatu. Informacja na ten temat powinna się znaleźć we wszystkich materiałach, publikacjach, informacjach dla mediów, ogłoszeniach oraz wystąpieniach publicznych dotyczących realizowanego programu.
2. Realizator zobowiązuje się do umieszczania logo Powiatu na wszystkich materiałach, w szczególności promocyjnych, informacyjnych, szkoleniowych i edukacyjnych, dotyczących realizacji programu polityki zdrowotnej.

## **§ 11**

Zmiany w umowie wymagają formy pisemnej pod rygorem nieważności.

## **§ 12**

1. Powiat może rozwiązać niniejszą umowę z zachowaniem jednomiesięcznego okresu wypowiedzenia, jeżeli Realizator :
  - 1) nie rozpoczął realizacji programu polityki zdrowotnej w terminie 3 miesięcy od ustalonego w niniejszej umowie dnia rozpoczęcia realizacji programu,
  - 2) zaprzestał realizacji programu polityki zdrowotnej lub realizuje go w sposób niezgodny z niniejszą umową,
  - 3) wykorzystał przekazane dofinansowanie na cel inny niż określony w programie polityki zdrowotnej.
2. Niniejsza umowa może zostać rozwiązana w wyniku zgodnej woli Stron, bądź w wyniku wystąpienia okoliczności, które uniemożliwiają dalsze wykonywanie

obowiązków w niej zawartych.

3. W przypadku rozwiązania umowy Realizator ma prawo do wydatkowania wyłącznie tej części dofinansowania, która odpowiada prawidłowo zrealizowanej części programu zdrowotnego.

### § 13

1. Realizator ponosi wyłączną odpowiedzialność wobec osób trzecich za szkody powstałe w związku z realizacją programu polityki zdrowotnej.
2. W zakresie związanym z realizacją programu polityki zdrowotnej, w tym z gromadzeniem, przetwarzaniem i przekazywaniem danych osobowych, a także wprowadzaniem ich do systemów informatycznych, Realizator postępuje zgodnie z postanowieniami rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) nr 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 roku w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych) (Dz. Urz.UE.L.119 z 04.05.2016 str. 1).

### § 14

W zakresie nieuregulowanym umową stosuje się przepisy ustawy z dnia 23 kwietnia 1964 r. - Kodeks cywilny (Dz. U. z 2020 r., poz. 1740 ze zm.), ustawy z dnia 27 sierpnia 2004 r. o świadczeniach opieki zdrowotnej finansowanych ze środków publicznych (Dz. U. z 2021 r., poz. 1285 ze zm.) oraz ustawy z dnia 27 sierpnia 2009 r. o finansach publicznych (Dz. U. z 2021 r., poz. 305 ze zm.).

### § 15

Ewentualne spory powstałe w związku z zawarciem i wykonywaniem niniejszej umowy Strony będą starały się rozstrzygać polubownie. W przypadku braku porozumienia, spór zostanie poddany pod rozstrzygnięcie właściwego ze względu na siedzibę Powiatu sądu powszechnego.

### § 16

Umowa niniejsza została sporządzona w dwóch jednobrzmiących egzemplarzach, po jednym dla każdej ze Stron.

Realizator :

Powiat :

.....

.....

.....

.....



**Sprawozdanie z realizacji programu polityki zdrowotnej  
pn. „Edukacja przyszłych rodziców w Szkole Rodzenia”**

1. Ilość osób, które wzięły udział w Szkole Rodzenia :

ogółem - .....

kobiety w ciąży - .....

osoby towarzyszące - .....

2. Ilość zorganizowanych grup - .....

3. Ilość osób w grupie :

- najmniejsza ilość osób w grupie - .....

- największa ilość osób w grupie - .....

4. Rozliczenie dotacji :

Kwota dotacji otrzymana	Kwota dotacji wykorzystana	Rozliczenie

<b>Zestawienie faktur, rachunków, innych dokumentów księgowych</b>					
Lp.	Nazwa kosztu	Nr dokumentu księgowego	Data wystawienia dokumentu księgowego	Kwota /w zł/	Data zapłaty

.....  
/miejsowość, data/

.....  
/podpis i pieczęć głównej księgowej/

.....  
/podpis i pieczęć dyrektora/

Załącznik Nr 4  
do ogłoszenie o konkursie ofert

## **EDUKACJA PRZYSZŁYCH RODZICÓW W SZKOLE RODZENIA**

---

Starostwo Powiatowe w Ciechanowie

## 1. Opis problemu zdrowotnego

Stan zdrowia społeczeństwa w dużym stopniu zależy od zdrowia kobiet i noworodków. Zdrowie kształtuje się od wczesnego okresu życia osobniczego, tak więc od prawidłowo przebiegającej ciąży i porodu, zależny jest rozwój fizyczny i intelektualny dziecka i człowieka dorosłego<sup>1</sup>. Na zdrowie kobiet ciężarnych i noworodków wpływa przede wszystkim styl życia kobiety ciężarnej, warunki materialne i opieka medyczna. Stąd też właściwa opieka perinatalna jest ważnym elementem wpływającym na stan zdrowia społeczeństwa. Opieka perinatalna to wielodyscyplinarne działanie, którego celem jest zapewnienie ciągłej opieki wraz z promocją zdrowia i postępowaniem leczniczym, w okresie przedkoncepcyjnym, podczas ciąży, porodu i połogu, obejmujące matkę, płód i noworodka<sup>2</sup>. Istotny element opieki przedporodowej, szczególnie w odniesieniu do kobiet przygotowujących się do pierwszego porodu, stanowi edukacja. Polskie Towarzystwo Ginekologiczne definiuje zadanie szkoły rodzenia, jako sprzyjanie utrzymaniu dobrostanu psychofizycznego ciężarnej, rodzącej i rodziny. Aktualnie, jako główne cele, do jakich prowadzić ma poprawa poziomu opieki perinatalnej w Polsce, wymienia się obniżenie częstości występowania wcześniactwa i małej masy urodzeniowej dziecka. Poza ogólnie rozumianym przygotowaniem do porodu i połogu podniesienie poziomu edukacji wpływa na poprawę stanu zdrowia ciężarnych i noworodków, ukierunkowując edukację na eliminowanie jednego lub kilku czynników ryzyka<sup>3</sup>.

Szkoła Rodzenia jest jednym z elementów opieki zdrowotnej nad matką, noworodkiem i małym dzieckiem. Jest ogniwem wspierającym i uzupełniającym działania podstawowej opieki zdrowotnej w/w obszarze w ramach powszechnego ubezpieczenia zdrowotnego.

---

<sup>1</sup> Rekomendacje Polskiego Towarzystwa Ginekologicznego w zakresie opieki przedporodowej w ciąży o prawidłowym przebiegu.

<sup>2</sup> Program poprawy opieki perinatalnej w Polsce. Redakcja Janusz Gadzinowski, Grzegorz H. Bręborowicz. Ośrodek Wydawnictw Naukowych. Poznań 1995.

<sup>3</sup> Opinia Prezesa Agencji Oceny Technologii Medycznych i Taryfikacji nr 100/2018 z dnia 11 czerwca 2018 r. o projekcie programu polityki zdrowotnej pn. „Program polityki zdrowotnej w zakresie edukacji przedporodowej – Szkoła Rodzenia – w mieście Ełku na lata 2018 – 2022” (<http://bipold.aotm.gov.pl/assets/files/oopz/2018/OP-0100-2018.pdf>).



Powiat ciechanowski zamieszkuje 88 891 mieszkańców, z czego 50,8% stanowią kobiety, a 49,2% mężczyźni. W latach 2010-2020 liczba mieszkańców zmalała o 3,2%. (stan na 31 XII 2020 r.). Wśród 45 182 kobiet w powiecie ciechanowskim, 19 564 (43,3%) stanowią kobiety w wieku rozrodczym, tj. w wieku 15 - 49 lat. Od kilku lat w powiecie ciechanowskim obserwujemy wahania w zakresie przyrostu naturalnego. Przyrost naturalny (na 1000 ludności) w latach 2010 – 2020 w powiecie ciechanowskim przedstawia poniższe zestawienie :

Rok	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
Urodzenia żywe	11,3	10,4	10,7	10,1	10,1	9,7	9,82	10,83	9,93	9,99	9,26
Zgony	10,3	10,6	10,3	10,4	10,86	10,16	10,05	10,71	11,17	11,21	13,78
<b>Przyrost naturalny</b>	<b>1,0</b>	<b>-0,2</b>	<b>0,4</b>	<b>-0,3</b>	<b>-0,8</b>	<b>-0,5</b>	<b>-0,23</b>	<b>0,12</b>	<b>-1,24</b>	<b>-1,22</b>	<b>-4,52</b>

źródło : dane GUS

Po odnotowaniu w 2017 roku nieznacznego dodatniego przyrostu naturalnego w kolejnych dwóch latach wystąpił ponownie ujemny przyrost naturalny, zarówno na wsi (-1,9 – 2018 rok, -1,0 – 2019 r.) jak i w mieście (-0,7 – 2018 rok, -1,4 – 2019 rok). W roku 2020 zauważyć można znaczny spadek przyrostu naturalnego. W powiecie ciechanowskim najwyższa płodność kobiet występuje w grupie wiekowej 25 – 29 lat. Wysoki poziom płodności obserwujemy także wśród kobiet w przedziale wiekowym 30 – 34 lata, co w dużym stopniu związane jest z odraczaniem przez młodych ludzi decyzji o posiadaniu potomstwa.

Urodzenia żywe w powiecie ciechanowskim  
w latach 2019 – 2020 wg wieku matki

Wiek matki	19 lat i mniej		20 – 24		25 – 29		30 – 34		35 – 39		40 – 44		45 i więcej	
	2019	2020	2019	2020	2019	2020	2019	2020	2019	2020	2019	2020	2019	2020
<b>Urodzenia żywe</b>	103	74	569	480	1246	1151	943	950	483	420	83	81	2	1

źródło : dane GUS

Ogółem urodzenia żywe w powiecie ciechanowskim:

- w roku 2019 wyniosły - 3429,
- w roku 2020 wyniosły – 3157.

Jednym z podstawowych i najbardziej powszechnie stosowanych mierników stanu zdrowia danej populacji jest współczynnik umieralności niemowląt. Na jego wysokość ma wpływ m.in. jakość opieki zdrowotnej nad matką i dzieckiem. Dlatego zmniejszenie wartości współczynnika umieralności niemowląt świadczy o poprawie stanu zdrowia każdego społeczeństwa. W Polsce od wielu lat obserwowane są trendy spadkowe umieralności niemowląt. Pomimo ciągłego spadku współczynnika zgonów niemowląt w naszym kraju nadal jest on wyższy niż w krajach Unii Europejskiej, zwłaszcza umieralność dzieci urodzonych przedwcześnie, jest w Polsce dużo wyższa niż w krajach zachodnioeuropejskich. W 2020 roku w Polsce liczba zgonów niemowląt na 1000 urodzeń żywych wyniosła 3,6, natomiast w województwie mazowieckim i powiecie ciechanowskim odpowiednio : 3,8 i 3,6. Ogólny współczynnik zgonów niemowląt w powiecie ciechanowskim w porównaniu z rokiem poprzednim wykazuje tendencję wzrostową. Natomiast współczynnik umieralności okołoporodowej wykazuje tendencję spadkową. Z danych statystycznych wynika, że umieralność okołoporodowa jest związana z bardzo niską lub niską masą urodzeniową noworodka. Niska masa urodzeniowa noworodka jest związana w dużej mierze z terminem porodu – im wcześniej zakończona ciąża, tym większe ryzyko wystąpienia niskiej masy ciała noworodka. Wśród czynników zwiększających ryzyko wystąpienia przedwczesnych porodów wymieniany jest styl życia przyszłej matki, tj. palenie papierosów, spożywanie alkoholu, nieprawidłowe odżywianie, czy stres.

Program pn. „Edukacja przyszłych rodziców w Szkole Rodzenia” realizowany jest w powiecie ciechanowskim od lipca 2012 roku. Program cieszy się dużą popularnością. Z ankiet przeprowadzonych wśród kobiet uczestniczących w poprzednich edycjach wynika, że wszystkie poleciłyby udział w tego typu zajęciach innym kobietom w ciąży, a ponad 80 % z nich będąc w kolejnej ciąży ponownie wzięłyby udział w programie. Zdaniem kobiet uczestniczących w programie istnieje potrzeba stałego funkcjonowania bezpłatnej szkoły rodzenia w powiecie ciechanowskim.

## **2. Cele programu**

Celem programu jest zwiększenie wiedzy przyszłych rodziców z zakresu ciąży, porodu, położu i opieki nad niemowlęciem.

### Cele szczegółowe :

- zwiększenie świadomości kobiet w zakresie konieczności fizycznego i psychicznego przygotowania się do porodu;
- nabycie umiejętności w zakresie stosowania technik relaksacyjnych, wykonywania ćwiczeń ogólnousprawniających, prawidłowego oddychania podczas porodu, karmienia piersią, pielęgnacji i kąpieli noworodka /niemowlęcia;
- wzrost motywacji kobiet do stosowania zachowań prozdrowotnych w okresie ciąży i po porodzie.

### Oczekiwane efekty :

- zmniejszy się liczba kobiet, u których będzie występował lęk przed porodem;
- upowszechni się konieczność świadomego przygotowania do porodu;
- zwiększy się liczba kobiet karmiących piersią;
- zwiększy się pewność i umiejętności przyszłych rodziców w opiece nad noworodkiem i niemowlęciem;

zwiększy się świadomość prozdrowotna kobiet.

### Mierniki efektywności odpowiadające celom programu :

- zwiększenie wiedzy uczestników zajęć;
- zwiększenie umiejętności uczestników zajęć w zakresie np. opieki nad noworodkiem i niemowlęciem;
- ograniczenie stosowania farmakologicznych metod łagodzenia bólu porodowego;
- zwiększenie liczby kobiet karmiących piersią.

W dalszej perspektywie realizacja programu przyczyni się do obniżenia częstości występowania przedwczesnych porodów i niskiej masy urodzeniowej dziecka oraz zmniejszenia umieralności okołoporodowej.

### **3. Adresaci programu (populacja programu)**

Program adresowany jest do kobiet ciężarnych od 26 tygodnia ciąży - mieszkanek powiatu ciechanowskiego oraz ich współmałżonków, partnerów (ojców dzieci). Program skierowany jest w szczególności do kobiet będących po raz pierwszy w ciąży. Planuje się objąć programem ok. 200 osób. Uczestnictwo w programie jest bezpłatne. Informacja o możliwości udziału przyszłych rodziców z terenu powiatu ciechanowskiego w zajęciach edukacyjnych w Szkole Rodzenia będzie przedstawiona w Katolickim Radiu Diecezji Płockiej i prasie lokalnej, na stronie internetowej starostwa, na tablicach ogłoszeń w podmiotach leczniczych (zakłady podstawowej opieki zdrowotnej), ośrodkach pomocy społecznej i starostwie.

### **4. Organizacja programu**

W ramach programu zorganizowane zostaną zajęcia edukacyjne (teoretyczne i praktyczne) dla przyszłych rodziców. Jeden cykl będzie składał się z 8 spotkań po 2 godziny. Zajęcia będą realizowane w grupach od 4 par (minimalnie) do 10 par (maksymalnie). Zajęcia będą odbywały się w ustalone dni tygodnia.

Uwzględniając rekomendacje Polskiego Towarzystwa Ginekologicznego w zakresie opieki przedporodowej w ciąży o prawidłowym przebiegu tematyka zajęć będzie obejmowała następujące zagadnienia :

- a/ ciąża - zmiany zachodzące w organizmie kobiety w czasie ciąży, zasady prawidłowego odżywiania, wpływ palenia papierosów i spożywania alkoholu na przebieg ciąży i rozwój dziecka, właściwa higiena jamy ustnej, „kontakt z dzieckiem” (jak odbiera świat, jak można się z nim kontaktować i bawić?”), przygotowanie do porodu (zwiastuny zbliżającego się porodu, kiedy zgłosić się do porodu?, co zabrać ze sobą do szpitala?),
- b/ poród – przebieg porodu fizjologicznego, czynna postawa rodzącej podczas porodu, świadomość oddychania w poszczególnych okresach porodu, zasady parcia, niefarmakologiczne i farmakologiczne metody łagodzenia bólu porodowego, wpływ psychoprofilaktyki na ograniczenie stosowania farmakologicznych środków przeciwbólowych i spazmolitycznych, poród rodzinny,
- c/ zasady opieki poporodowej,

- d/ wybrane zagadnienia psychologiczne dotyczące kobiety w ciąży i porożu – stany emocjonalne w czasie ciąży, „baby blues”, depresja poporodowa, przystosowanie się do nowej roli,
- e/ karmienie piersią - zalety i zasady karmienia piersią, praktyczne aspekty karmienia piersią (pozycje, pielęgnacja piersi, sprzęt wspomagający laktację), wątpliwości dotyczące karmienia piersią, problemy związane z karmieniem piersią (np. nawał pokarmu, uszkodzone brodawki, zastój pokarmu, kryzysy laktacyjne, odciąganie i przechowywanie pokarmu, karmienie piersią podczas choroby matki) i sposoby radzenia sobie z nimi, odżywanie się matki karmiącej,
- f/ powrót płodności po porodzie, antykoncepcja w okresie laktacji, współżycie seksualne po przyściu dziecka na świat,
- g/ gimnastyka ogólnie usprawniająca, techniki relaksacyjne, techniki oddychania, ćwiczenia przygotowujące do porodu, ćwiczenia w porożu,
- h/ pielęgnacja noworodka/niemowlęcia (np. codzienna pielęgnacja skóry, kąpiel, przewijanie, ubieranie, sen, płacz jako forma komunikacji noworodka z rodzicami, werandowanie i spacer),
- i/ pierwsza pomoc w stanach nagłych u noworodka i niemowlęcia,
- j/ problemy zdrowotne w okresie noworodkowym/niemowlęcym,
- k/ szczepienia obowiązkowe i zalecane,
- l/ rola ojca w czasie porodu, porożu oraz opieki nad noworodkiem i niemowlęciem,
- m/ uprawnienia związane z rodzicielstwem wynikające z kodeksu pracy, zasiłek rodzinny i dodatki do zasiłku rodzinnego,
- n/ zapoznanie rodziców z warunkami sali porodowej, jej wyposażeniem oraz personelem.

Zajęcia prowadzone będą przez lekarza specjalistę ginekologa – położnika, położną, fizjoterapeutę, psychologa.

Warunkiem uczestnictwa w programie będzie przedstawienie zaświadczenia od lekarza prowadzącego ciążę o braku przeciwwskazań do uczestnictwa w ćwiczeniach prowadzonych w ramach Szkoły Rodzenia. Zaświadczenie powinno być wydane nie wcześniej niż 30 dni przed rozpoczęciem zajęć w Szkole Rodzenia. W przypadku dużego zainteresowania przyszłych rodziców udziałem w programie, do Szkoły

Rodzina przyjmowane będą w pierwszej kolejności kobiety pozostające pod opieką pomocy społecznej, zamieszkałe na wsi i pierworódki.

Realizator programu zostanie wyłoniony w drodze konkursu ofert. Realizator będzie zobowiązany zapewnić wykwalifikowaną kadrę (lekarza specjalistę ginekologa – położnika, położną, fizjoterapeutę – posiadającego doświadczenie w prowadzeniu zajęć w szkole rodzenia, psychologa) oraz salę do zajęć teoretycznych i praktycznych z pełnym wyposażeniem w sprzęt dydaktyczny i pomoce dydaktyczne (lalki, piłki, worki sako, zestaw do pielęgnacji noworodka, wyprawka, materace). Sala (sale) do zajęć powinna spełniać wymogi w zakresie bezpieczeństwa i higieny.

Z opinii położnych wynika, że kobiety uczęszczające do szkół rodzenia nie tylko są w świetnej formie fizycznej, która pozwala na sprawny i szybszy poród, ale przede wszystkim nie boją się go i potrafią świadomie łagodzić towarzyszące mu bóle oraz szybciej wracają do pełnej sprawności po porodzie. Wiedza i umiejętności uzyskane w szkole rodzenia pozwalają kobiecie czynnie i świadomie uczestniczyć w porodzie. Jak podaje „Przewodnik po szkołach rodzenia i poradniach laktacyjnych” wydany przez Fundację „Rodzić po Ludzku” metoda wizualizacji porodu, przygotowująca do poznania przez kobietę jego przebiegu i przygotowania się do niego, stosowana w szkołach rodzenia przynosi znaczące rezultaty. Poród kobiety rodzącej po raz pierwszy i nieprzygotowanej trwa ok. 8-12 godzin, po szkole rodzenia ok. 6-8 godzin, u wieloródek zaś 4-6 godzin. Dzięki przygotowaniu w szkole rodzenia w czasie porodu stosuje się mniej środków znieczulających, uszkodzenia szyjki macicy zdarzają się u ok. 25 % kobiet nieprzygotowanych i u 6% przygotowanych, przynajmniej dwukrotnie zmniejsza się konieczność nacięcia krocza, znacznie zmniejsza się utrata krwi<sup>4</sup>. Również Kwiatek M. i współautorzy wskazują w swoich wnioskach z badań, że ćwiczenia przygotowujące kobiety do porodu przyczyniają się do nieznacznego skrócenia jego pierwszego okresu, lepszej tolerancji bólu w tym okresie, zmniejszenia częstotliwości okołoporodowych urazów kanału rodniczego i rzadszej potrzeby nacinania krocza.<sup>4</sup> W opiece nad kobietą w ciąży edukacja

---

<sup>4</sup> Woźnicka I.: Świadomie rodzić. Gazeta Częstochowska. Wydanie nr 1 z 2011.01.13.

przedporodowa w formie szkoły rodzenia to jedna z najbardziej efektywnych strategii profilaktycznych<sup>5</sup>.

## **5. Koszty**

Ogólny koszt realizacji programu wynosi 50.000,00 zł. Szacuje się, że koszt udziału jednej osoby w programie wyniesie ok. 250 zł. .

Koszty obejmują :

- wynagrodzenie osób prowadzących zajęcia teoretyczne (wykłady) i praktyczne (ćwiczenia);
- wynagrodzenie koordynatora programu;
- sale wykładowe i ćwiczeniowe np. opłata za wynajem sal, opłata za media;
- materiały edukacyjne dla uczestników;
- materiały szkoleniowe np. kwestionariusz ankiet, test sprawdzający wiedzę, dyplom ukończenia szkoły;
- materiały reklamowe np. plakat, mini ulotka.

Nagłośnienie programu w radiu i prasie lokalnej realizowane będzie w ramach umów o współpracy zawartych przez Starostwo Powiatowe.

Działania w zakresie opieki przedporodowej nawiązują do celów Narodowego Programu Zdrowia oraz ustalonych przez Ministerstwo Zdrowia priorytetów zdrowotnych, w tym priorytetu dotyczącego poprawy jakości i skuteczności opieki okołoporodowej oraz opieki zdrowotnej nad matką, noworodkiem i dzieckiem do lat 3. Zadania samorządu powiatowego w zakresie szeroko pojętej ochrony zdrowia zostały określone w art. 4 ustawy o samorządzie powiatowym. Biorąc pod uwagę fakt, że poziom zdrowotności społeczeństwa w dużym stopniu jest uzależniony od stanu zdrowia kobiet i noworodków realizacja tego programu, który nie jest finansowany w ramach ubezpieczenia zdrowotnego jest zasadna.

---

<sup>5</sup> Krzyżanowska – Zbucka J. : Problemy emocjonalne kobiet w okresie okołoporodowym. Warszawa 2008. Fundacja Rodzic po Ludzku.

## **6. Monitorowanie i ewaluacja**

- liczba kobiet/rodziców, którzy ukończyli zajęcia w Szkole Rodzenia;
- wyniki testu sprawdzającego wiedzę przed rozpoczęciem zajęć i na koniec;
- wyniki ankiet przeprowadzonych wśród uczestniczek programu (ocena przydatności nabytej wiedzy i umiejętności) na zakończenie zajęć i trzy miesiące po porodzie.

## **7. Okres realizacji programu**

Program realizowany będzie w 2022 roku.



## Literatura :

1. Borakowska – Siennicka. M, Górską R. : Choroba przyzębia a poród przedwczesny i niska masa urodzeniowa noworodków w świetle badań klinicznych. Czasopismo Stomatologiczne. 2006, Tom LIX, Nr 3, s. 149-158.
2. Kubicka – Kraszyńska U., Otffinowska A., Pietrusiewicz J.: O bólu porodowym i metodach jego łagodzenia. Warszawa 2006. Fundacja Rodzić po Ludzku.
3. Krzyżanowska – Zbucka J. : Problemy emocjonalne kobiet w okresie okołoporodowym. Warszawa 2008. Fundacja Rodzić po Ludzku.
4. Kwiatek M., Gęca T., Biegaj – Fic J., Kwaśniewska A.: Szkoła rodzenia – profil pacjentek oraz wpływ zajęć na przebieg porodu i stan noworodka. Medycyna Ogólna i Nauki o Zdrowiu. 2011, Tom 17, Nr 3, s.111-115.
5. Mały Rocznik Statystyczny Polski. Główny Urząd Statystyczny. Warszawa 2019.
6. Narodowy Program Zdrowia na lata 2016 – 2020, stanowiący załącznik do rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 4 sierpnia 2016 r.
7. Opinia Prezesa Agencji Oceny Technologii Medycznych i Taryfikacji nr 100/2018 z dnia 11 czerwca 2018 r. o projekcie programu polityki zdrowotnej pn. „Program polityki zdrowotnej w zakresie edukacji przedporodowej – Szkoła Rodzenia – w mieście Ełku na lata 2018 – 2022” (<http://bipold.aotm.gov.pl/assets/files/oozp/2018/OP-0100-2018.pdf> ).
8. Program poprawy opieki perinatalnej w Polsce. Redakcja Janusz Gadzinowski, Grzegorz H. Bręborowicz. Ośrodek Wydawnictw Naukowych. Poznań 1995.
9. Raport „Zdrowie kobiet w wieku prokreacyjnym 15 – 49 lat. Polska 2006”. Program Narodów Zjednoczonych ds. Rozwoju. Warszawa 2007.
10. Rekomendacje Polskiego Towarzystwa Ginekologicznego w zakresie opieki przedporodowej w ciąży o prawidłowym przebiegu.
11. Rocznik demograficzny. Główny Urząd Statystyczny. Warszawa 2019.
12. Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 27 lutego 2018 r. w sprawie priorytetów zdrowotnych ( Dz. U. 2018 r., poz. 469).
13. Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 16 sierpnia 2018 r. w sprawie standardu organizacyjnego opieki okołoporodowej ( Dz. U. 2018 r., poz. 1756).
14. Społeczne nierówności w zdrowiu w Polsce. World Health Organization Regional

Office for Europe 2012.

([http://www.mz.gov.pl/\\_data/assets/pdf\\_file/0016/8251/raport1.pdf](http://www.mz.gov.pl/_data/assets/pdf_file/0016/8251/raport1.pdf) )

15. Woźnicka I.: Świadomie rodzic. Gazeta Częstochowska. Wydanie nr 1  
z 2011.01.13.

16. [https://www.polskawliczbach.pl/powiat\\_ciechanowski](https://www.polskawliczbach.pl/powiat_ciechanowski)



**Karta uczestnictwa** w zajęciach w ramach programu polityki zdrowotnej  
pn. „Edukacja przyszłych rodziców w Szkole Rodzenia”.

Grupa .....

Imię i nazwisko : .....

Adres zamieszkania : .....

.....

Tel. kontaktowy : .....

Imię i nazwisko osoby  
towarzyszącej w zajęciach .....

Zaświadczenie od lekarza prowadzącego ciążę – data wystawienia .....

Przewidywany termin porodu .....

<b>Nr zajęć</b>	<b>Data zajęć</b>	<b>Podpis uczestniczki zajęć</b>	<b>Podpis osoby towarzyszącej</b>
I			
II			
III			
IV			
V			
VI			
VII			
VIII			

Jednocześnie wyrażam zgodę na gromadzenie, przetwarzanie i przekazywanie moich danych osobowych w ramach programu polityki zdrowotnej pn. „Edukacja przyszłych rodziców w Szkole Rodzenia.”- zgodnie z ustawą z dnia 10 maja 2018 r. o ochronie danych osobowych.

.....

/ data i podpis /



## ANKIETA

Ankieta, którą trzyma Pani w dłoni ma na celu poznanie Pani opinii, sugestii i uwag na temat zajęć realizowanych w ramach szkoły rodzenia. Informacje uzyskane od Pani zostaną wykorzystane do ewentualnej modyfikacji programu i sposobu realizacji zajęć w ramach szkoły rodzenia oraz poprawy organizacji tego rodzaju zajęć w przyszłości. Ankieta jest anonimowa.

1. Wiek :  miejsce zamieszkania : miasto

wieś

wykształcenie : podstawowe

gimnazjalne

średnie

wyższe

2. Ciąża : pierwsza  druga  trzecia i następna

3. Czy uczestniczyła Pani wcześniej w szkole rodzenia (dotyczy kobiet, które są w kolejnej ciąży)?

tak  nie

4. Czy ktoś uczestniczył razem z Panią w szkole rodzenia?

tak  nie

5. Jak ocenia Pani tematykę zajęć ?

bardzo ciekawa  ciekawa  niezbyt ciekawa  nudna

6. Czy liczba spotkań była według Pani odpowiednia ?

tak  nie, zbyt mała  nie, zbyt duża

7. Jak Pani sędzi czy zdobytą w szkole rodzenia wiedza i umiejętności mogą być przydatne :

(1- zdecydowanie nieprzydatna 5 - zdecydowanie przydatna)

a/ podczas porodu

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1	2	3	4	5

b/ podczas poroęu

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1	2	3	4	5

c/ podczas opieki nad noworodkiem/nimowlęciem ?

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
1	2	3	4	5

8. Które zagadnienia omawiane podczas spotkań były według Pani najciekawsze (można zaznaczyć najwyżej trzy odpowiedzi) ?

- zmiany zachodzące w organizmie kobiety w czasie ciąży
- zasady prawidłowego odżywiania, wpływ palenia papierosów i spożywania alkoholu na przebieg ciąży i rozwój dziecka, właściwa higiena jamy ustnej
- stany emocjonalne w czasie ciąży, „baby blues”, depresja poporodowa
- przebieg porodu fizjologicznego, czynna postawa rodzącej podczas porodu, świadomość oddychania w poszczególnych okresach porodu, zasady parcia, metody łagodzenia bólu porodowego
- karmienie piersią
- gimnastyka ogólnie usprawniająca, techniki relaksacyjne, techniki oddychania, ćwiczenia przygotowujące do porodu, ćwiczenia w poroęu
- pielęgnacja noworodka/nimowlęcia
- pierwsza pomoc w stanach naglących u noworodka i nimowlęcia
- problemy zdrowotne w okresie noworodkowym/nimowlęcym
- rola ojca w czasie porodu, poroęu oraz opieki nad noworodkiem i nimowlęciem
- przygotowanie się do porodu (zwiaduny zbliżającego się porodu, kiedy zgłosić się do porodu?, co zabrać ze sobą do szpitala?)
- zapoznanie z warunkami sali porodowej, jej wyposażeniem oraz personelem
- powrót płodności po porodzie, antykoncepcja w okresie laktacji, współżycie seksualne po przyjściu dziecka na świat
- uprawnienia związane z rodzicielstwem wynikające z kodeksu pracy, zasiłek rodzinny i dodatki do zasiłku rodzinnego

9. Które zagadnienia omawiane podczas spotkań były według Pani najmniej ciekawe (można zaznaczyć najwyżej trzy odpowiedzi) ?

- zmiany zachodzące w organizmie kobiety w czasie ciąży
- zasady prawidłowego odżywiania, wpływ palenia papierosów i spożywania alkoholu na przebieg ciąży i rozwój dziecka, właściwa higiena jamy ustnej
- stany emocjonalne w czasie ciąży, „baby blues”, depresja poporodowa
- przebieg porodu fizjologicznego, czynna postawa rodzącej podczas porodu, świadomość oddychania w poszczególnych okresach porodu, zasady parcia, metody łagodzenia bólu porodowego
- karmienie piersią
- gimnastyka ogólnie usprawniająca, techniki relaksacyjne, techniki oddychania, ćwiczenia przygotowujące do porodu, ćwiczenia w położeniu
- pielęgnacja noworodka/niemowlęcia
- pierwsza pomoc w stanach nagłych u noworodka i niemowlęcia
- problemy zdrowotne w okresie noworodkowym/niemowlęcym
- rola ojca w czasie porodu, położeniu oraz opieki nad noworodkiem i niemowlęciem
- przygotowanie się do porodu (zwiastuny zbliżającego się porodu, kiedy zgłosić się do porodu?, co zabrać ze sobą do szpitala?)
- zapoznanie z warunkami sali porodowej, jej wyposażeniem oraz personelem
- powrót płodności po porodzie, antykoncepcja w okresie laktacji, współżycie seksualne po przyjściu dziecka na świat
- uprawnienia związane z rodzicielstwem wynikające z kodeksu pracy, zasiłek rodzinny i dodatki do zasiłku rodzinnego

10. O jakie zagadnienia według Pani należałoby poszerzyć program szkoły rodzenia ?

.....

.....

.....

.....

11. Czy poleciłaby Pani udział w szkole rodzenia innym kobietom w ciąży?

tak  dlaczego ? .....

.....

nie  dlaczego ? .....

.....

12. Jak ogólnie ocenia Pani organizację szkoły rodzenia, warunki lokalowe, wykładowców?

(1 - najniższa ocena, 5 - najwyższa ocena)

<b>Wyszczególnienie</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
organizacja zajęć					
warunki lokalowe					
wykładowcy :					
lekarz specjalista ginekolog – położnik					
położna					
fizjoterapeuta					
psycholog					

Miejsce na Pani dodatkowe uwagi, sugestie, wskazówki :

.....

.....

.....

.....

.....

Dziękujemy za wypełnienie ankiety.



## Ankieta (po 3 miesiącach od urodzenia dziecka)

Wiek :  miejsce zamieszkania : miasto

wieś

wykształcenie : podstawowe

gimnazjalne

średnie

wyższe

1. Na ile ocenia Pani przydatność wiedzy uzyskanej w szkole rodzenia?  
(1 – najniższa ocena, 5 - najwyższa ocena)

1 2 3 4 5

2. Na ile ocenia Pani przydatność umiejętności zdobytych w szkole rodzenia?  
(1 – najniższa ocena, 5 - najwyższa ocena)

1 2 3 4 5

3. Które zagadnienia omawiane podczas zajęć w szkole rodzenia były dla Pani najbardziej przydatne :

w czasie porodu .....

.....

.....

w okresie połogu .....

.....

.....

w opiece nad dzieckiem .....

.....

.....



4. Czy poród odbył się :

siłami natury

poprzez cięcie cesarskie

5. Czy mąż (partner, ojciec dziecka) uczestniczył w trakcie porodu :

tak

nie

6. Czy w czasie porodu stosowano u Pani w celu łagodzenia bólu porodowego:

a/ naturalne metody łagodzenia bólu porodowego np. kąpiel, masaż

tak

nie

b/ środki farmakologiczne

tak

nie

c/ gaz rozweselający

tak

nie

d/ znieczulenie zewnątrzoponowe

tak

nie

7. Czy karmi Pani dziecko piersią?

tak  jeżeli tak, proszę przejść do pytania 11

nie  jeżeli nie, proszę przejść do pytania 8

8. Czy karmiła Pani dziecko piersią?

tak  jeżeli tak, proszę odpowiedzieć na pytanie 9 i 10

nie  dlaczego? .....

.....

.....

9. Jak długo karmiła Pani dziecko piersią?

1 miesiąc

2 miesiące

3 miesiące

10. Co było powodem zaprzestania karmienia piersią

zbyt mała ilość mleka

zanik pokarmu

obawa, że ilość pokarmu jest niewystarczająca dla dziecka

problemy z piersiami (zapalenie piersi, ropień)

dokarmianie dziecka mlekiem modyfikowanym

choroba dziecka

trudności dziecka ze ssaniem piersi

odstawienie piersi przez dziecko

choroba i konieczność przyjmowania leków

negatywne opinie najbliższych o karmieniu piersią

inne  jakie ? .....

.....

.....

11. Jak długo zamierza Pani karmić dziecko piersią?

do 6 miesięcy

do roku

do 1,5 roku

do 2 lat

Dziękujemy za wypełnienie ankiety.