# Załącznik nr 2 do otwartego konkursu ofert zdnia 21 listopada 2023 roku na wybór realizatora zadania pn. Wrocławska Szkoła Rodzenia

**STANDARDY WROCŁAWSKICH SZKÓŁ RODZENIA**

**Temat**

Edukacja zdrowotna jako wielostronne przygotowanie kobiet ciężarnych/rodziców do właściwego postępowania w okresie ciąży, aktywnego porodu i opieki nad noworodkiem/niemowlęciem, promujące zdrowie matki i dziecka, rodziny.

**Oświadczenie standardowe**

Wszechstronne przygotowanie rodziców do świadomego rodzicielstwa, do aktywnego i bezpiecznego przebiegu ciąży, porodu i połogu, do opieki nad noworodkiem/niemowlęciem przyczyni się do poprawy stanu zdrowia kobiet i dzieci.

**Założenia programowe**

1. Przekazanie wiedzy dotyczącej przebiegu ciąży, porodu, połogu, oraz zasad opieki nad noworodkiem/niemowlęciem.
2. Przekazanie informacji o dostępnych formach opieki medycznej podczas ciąży, porodu i połogu.
3. Promocja zachowań sprzyjających zdrowiu matki, dziecka i rodziny.
4. Przygotowanie psychofizyczne kobiety do porodu i połogu.
5. Nauka nawiązywania kontaktu z nienarodzonym dzieckiem.
6. Nauka świadomego i aktywnego rodzenia, techniki oddychania i relaksacji, metody łagodzenie bólu porodowego.
7. Praktyczna nauka pielęgnowania noworodka/niemowlęcia oraz profilaktyka chorób infekcyjnych wieku rozwojowego.
8. Promocja karmienia piersią i przygotowanie do karmienia piersią.
9. Kształtowanie pozytywnych postaw rodzicielskich, wzmacnianie więzi pomiędzy małżonkami, rodzicami i dzieckiem
10. Uwrażliwienie rodziców na możliwość wystąpienia przejściowych trudności w funkcjonowaniu rodziny w okresie poporodowym – nauka radzenia sobie z nimi.
11. Zapoznanie z organizacją opieki okołoporodowej zgodnie z obowiązującymi przepisami prawnymi.

**Uzasadnienie**

Edukacja zdrowotna ma ważne znaczenie dla rodziców, którzy oczekują narodzin swojego dziecka. Dla wielu rodziców jest ona pierwszym i często jedynym źródłem aktualnej, fachowej wiedzy, przekazanej przez profesjonalistów.

Nabywanie wiedzy i umiejętności w zakresie szeroko pojętej edukacji okołoporodowej, pozwoli jej uczestnikom na zmianę świadomości w sprawie dbałości o stan własnego zdrowia i zdrowia dziecka co powinno mieć wpływ na zmniejszenie patologii położniczych, wcześniactwa i porodów dzieci z niską masą ciała oraz na karmienie piersią.

Uczestnictwo w Szkole Rodzenia powinno przyczynić się do zmniejszenia lęków i niepokojów rodziców związanych z przebiegiem ciąży, porodem i połogiem, do pozytywnego przeżycia porodu dzięki zrozumieniu aktu narodzin i nabyciu umiejętności radzenia sobie w takiej sytuacji.

**Opracowanie zawiera następujące standardy:**

1. Organizacja zajęć w Szkole Rodzenia
2. Określenie adresatów
3. Zasady kwalifikowania uczestników
4. Program kształcenia
5. Kadra dydaktyczna
6. Wymagania lokalowe i wyposażenie
7. Dokumentacja programu
8. Promocja realizowanego programu
9. Monitorowanie realizowanego programu
10. **Nazwa standardu: Organizacja zajęć w Szkole Rodzenia**
11. **Opis standardu**
12. Edukacja jednego cyklu zajęć trwa do 10 tygodni.
13. Ogólna liczba zajęć wynosi 40 godzin, w tym:
14. od 22 do 24 godzin zajęć teoretycznych w tym ćwiczeń umiejętności.
15. od 16 do 18 godzin zajęć gimnastycznych, relaksacyjnych, postępowanie z blizną po cięciu cesarskim.
16. Zajęcia odbywają się 2-3 razy w tygodniu. Ostatni cykl zajęć powinien zakończyć się w drugiej połowie grudnia danego roku.
17. Dopuszcza się realizację zajęć teoretycznych w systemie online w sytuacjach np. prośba uczestników bądź wykładowcy.
18. Każde z zajęć trwa 60 min.
19. Harmonogramy zajęć ustala organizator Szkoły Rodzenia.
20. Harmonogramy zajęć są dostępne dla uczestników.
21. Organizator współpracuje z personelem Szpitali Położniczych.
22. **Wskaźniki standardu**
23. Podmiot organizuje zajęcia zgodnie z opracowanymi harmonogramami.
24. Uczestnicy Szkoły Rodzenia znają harmonogramy zajęć.
25. **Mierniki standardu**
26. Zgodność realizowanych działań z opracowanym harmonogramem.
27. **Nazwa standardu: Określenie adresatów**
28. **Opis standardu**
29. Do Szkoły Rodzenia mogą uczęszczać kobiety ciężarne od **22 do 29** tygodnia ciąży:
30. o przebiegu fizjologicznym,
31. z problemami zdrowotnymi w okresie ciąży,
32. w celu zapewnienia dostępność do edukacji, udział mogą brać kobiety po 29 tyg. ciążyw sytuacjachnp. koniec kursu w grudniu a planowany poród w lutym roku następnego,
33. Osoby towarzyszące zgodnie z wyborem kobiety ciężarnej.
34. **Wskaźniki standardu**
35. Do Szkoły Rodzenia uczęszczają kobiety w ciąży o przebiegu fizjologicznym lub z problemami zdrowotnymi.
36. Osoby towarzyszące są wybrane przez kobiety ciężarne.
37. **Mierniki standardu**
38. Przestrzeganie kryteriów naboru uczestników.
39. **Nazwa standardu: Zasady kwalifikowania uczestników**
40. **Opis standardu**
41. Osoby zainteresowane uczestnictwem w Szkole Rodzenia składają u organizatora:
42. pisemne zgłaszanie uczestnictwa w zajęciach.
43. decyzję lekarza ginekologa/położnika dotyczącą uczestnictwa kobiety we wszystkich zajęciach gimnastycznych lub w wybranych (z określeniem których), wydanej przed rozpoczęciem zajęć na podstawie informacji wydanej przez Szkołę Rodzenia.
44. **Wskaźniki standardu**
45. Do Szkoły Rodzenia uczęszczają kobiety w ciąży o przebiegu fizjologicznym lub z problemami zdrowotnymi.
46. Osoby towarzyszące są wybrane przez kobiety ciężarne.
47. **Mierniki standardu**
48. Przestrzeganie zasad kwalifikowana uczestników.
49. **Nazwa standardu: Program kształcenia** - **Bloki tematyczne i tematy zajęć.**
50. Program kształcenia opracowuje organizator z uwzględnieniem poniższych bloków tematycznych i tematów zajęć:

**Fizjologiczny przebieg ciąży**

1. Rozwój ciąży – dolegliwości ciążowe.
2. Styl życia sprzyjający zdrowiu kobiety ciężarnej.
3. Zdrowie jamy ustnej ciężarnej.
4. Używki, nałogi a ciąża.
5. Rozwój dziecka w wewnątrzmacicznej fazie życia, ochrona zdrowia dziecka.
6. Psychologiczne aspekty macierzyństwa, kształtowanie się więzi emocjonalnej z dzieckiem. Dialog z nienarodzonymdzieckiem.
7. Opieka prenatalna. Standardy opieki okołoporodowej.
8. Promocja karmienia piersią.
9. Depresja – profilaktyka.

**Poród**

Fizjologia porodu - postępowanie zgodne ze standardami opieki okołoporodowej.

1. Przygotowanie ciężarnej do świadomego i aktywnego uczestnictwa w porodzie. Plan porodu.
2. Poród emocje-poród rozegranie. Idea holistycznego przygotowania ciała i umysłu do narodzin dziecka.
3. Poród rodzinny. Rola i zadania osoby towarzyszącej podczas porodu.
4. Kontakt matki z dzieckiem „skóra do skóry” (zainicjowanie karmienia piersią).
5. Współpraca kobiety rodzącej, osoby towarzyszącej z położną, personelem Sali porodowej.
6. Łagodzenie lęku i bólu porodowego metodami naturalnymi i farmakologicznymi.
7. Cięcie cesarskie.
8. Prawa pacjenta – kobiety podczas ciąży, porodu, połogu, dziecka.
9. Organizacja i funkcjonowanie sali porodowej. Opieka medyczna podczas porodu wg. obowiązujących standardów.
10. Poród w okresie zagrożeń epidemicznych .

**Połóg**

1. Zmiany ustrojowe w okresie połogu. Wsparcie młodej matki przez członków rodziny.
2. Psychologiczne aspekty okresu połogowego. Depresja poporodowa.
3. Karmienie piersią. Zasady i techniki przystawianie do piersi. Tworzenie optymalnych warunków do karmienia piersią.
4. Laktacja, czynniki zaburzające laktację, zapobieganie problemom laktacyjnym. Pomoc laktacyjna.
5. Opieka nad noworodkiem. Rola ojca.
6. Problemy emocjonalne w okresie poporodowym, sposoby radzenia sobie z nimi.
7. Rola i zadania położnej POZ w opiece nad matką i dzieckiem.
8. Higiena połogu. Wizyta kontrolna u ginekologa. Profilaktyka nowotworów piersi i szyjki macicy.
9. Powrót płodności po porodzie.
10. Aspekty prawne macierzyństwa.

**Noworodek**

1. Przygotowanie mieszkania i wyprawki dla noworodka.
2. Opieka nad noworodkiem w szpitalu i w domu.
3. Karmienie piersią jako metoda optymalnego odżywiania noworodka/niemowlęcia.Karmienie mieszane.
4. Fizjologia okresu noworodkowego. Adaptacja do nowych warunków.
5. Pielęgnacja noworodka/niemowlęcia.
6. Pielęgnacja pępka zgodnie z obowiązującymiwytycznymi.
7. Kąpiel i inne czynności higieniczne.
8. Stymulacja rozwoju psychomotorycznego noworodka/niemowlęcia(obserwacja w kierunku zaburzeń rozwojowych).
9. Budowanie relacji, więzi z dzieckiem na wczesnym etapie rozwoju (m.in. noszenie, układanie, masaż, kangurowanie).
10. Pierwsza pomoc dziecku w sytuacjach nagłych.
11. Tworzenie warunków dla zapewnienia bezpieczeństwa dziecku.
12. Profilaktyka chorób infekcyjnych wieku rozwojowego.
13. Dziecko w rodzinie. Zharmonizowane macierzyństwo i ojcostwo.
14. Opieka nad noworodkiem sprawowana przez położną POZ.

**Zajęcia gimnastyczne i relaksacyjne**

1. Ćwiczenia oddechowe.
2. Ćwiczenia ogólnorozwojowe w ciąży, w okresie połogu.
3. Ćwiczenia uelastyczniające mięsnie krocza i dno miednicy.
4. Ćwiczenia przeciwzakrzepowe.
5. Ćwiczenia korygujące postawę.
6. Trening relaksacji.
7. Postępowanie z blizną po cc.

**2. Organizator planując zajęcia uwzględnia następujące formy zajęć:**

1. zajęcia teoretyczne,
2. ćwiczenia umiejętności praktycznych,
3. ćwiczenia gimnastyczne,
4. ćwiczenia relaksacyjne.

**3. Zaleca się aby zajęcia prowadzone były z wykorzystaniem następujących metod:**

1. wykład konwersatoryjny, problemowy,
2. dyskusja,
3. pogadanka,
4. techniki odgrywania ról,
5. ćwiczenia umiejętności praktycznych,
6. pokaz z instruktażem,
7. warsztaty dydaktyczne,
8. wizyta w Szpitalu Położniczym, w którym ciężarna planuje poród.

**4. Zaleca się posiadanie wskazanych poniżej środków dydaktycznych:**

1. fantomy szkoleniowe ( noworodka, ciąży, piersi i do udzielania pierwszej pomocy dziecku i in.),
2. modele półprzestrzenne,
3. sprzęt audiowizualny,
4. środki dydaktyczne (*prezentacje multimedialne* plansze, filmy, nagrania video, slajdy, zdjęcia, itp.),
5. materiały edukacyjne dla uczestników,
6. aparat do pomiaru CTK*,* stanowisko/a do czynności higienicznych noworodka,
7. odzież niemowlęca, bielizna pościelowa itp.
8. środki higieniczne i kosmetyczne.

**5. Zobowiązuje się organizatora do uwzględnienia w programie proporcji godzinowych zajęć z uwzględnieniem poniżej wskazanych wykładowców**

1) Zajęcia teoretyczne – **od 22 do 24 godz.**

1. położna,
2. lekarz ginekolog (lub położnik/ rezydent specjalizacji położnictwo/położna),
3. neonatolog, pediatra (lub rezydent specjalizacji neonatologia lub pediatria/położna),
4. dentysta (lub stażysta, student V roku Wydziału Stomatologii, higienistka stomatologiczna),
5. psycholog,
6. ratownik medyczny/położna (pierwsza pomoc),

2) Zajęcia gimnastyczne – **od 16 do 18 godz.**

1. położna,
2. fizjoterapeuta.

**6.** **Wskaźniki standardu**

1. Organizator opracowuje program kształcenia uwzględniając 5 bloków tematycznych wraz z określonymi w standardzie tematami.
2. W programie kształcenia uwzględnione są różnorodne formy zajęć.
3. Zajęcia prowadzone są z wykorzystaniem różnorodnych metod nauczania i środków dydaktycznych.
4. Zajęcia są właściwie podzielone pomiędzy poszczególnych wykładowców, uwzględniając ich kwalifikacje i kompetencje.

**7. Mierniki standardu**

1. Program opracowany jest zgodnie ze standardem.
2. **Nazwa standardu Kadra dydaktyczna**
   * + 1. **Opis standardu**
3. **W Szkole Rodzenia zatrudnione są następujące osoby:**
4. położna z tytułem licencjata, mgr położnictwa, lub specjalisty w dziedzinie pielęgniarstwa opieki okołoporodowej, pielęgniarstwa położniczego, pielęgniarstwa ginekologiczno-położniczego, rodzinnego, neonatologicznego. Preferowane jest posiadanie certyfikatu kursu specjalistycznego Edukacja i wsparcie kobiety w okresie laktacji*,*
5. lekarz neonatolog lub pediatra/lek. rezydent /położna,
6. lekarz ginekolog/położnik/lek. rezydent /położna,
7. lekarz dentysta /dentysta stażysta / student V roku Wydziału Stomatologii/higienistka stomatologiczna,
8. mgr psychologii ,
9. mgr fizjoterapii ,
10. ratownik medyczny z tytułem licencjata.
    * + 1. **Wskaźniki standardu**
11. Do prowadzenia zajęć zatrudnione są osoby z odpowiednimi kwalifikacjami z uwzględnieniem posiadanych, kompetencji zawodowych oraz **doświadczeniem w prowadzeniu zajęć w Szkole Rodzenia.**
    * + 1. **Mierniki standardu**
12. Kwalifikacje i kompetencje zatrudnionych osób
13. **Nazwa standardu -Wymagania lokalowe i wyposażenie**
14. **Opis standardu**
15. Podmiot powinien dysponować lokalem umożliwiającym realizację programu Szkoły Rodzenia w której znajduje się:
16. sala seminaryjna, gimnastyczna.
17. wc
18. Pomieszczenia powinny spełniać wymogi bezpieczeństwa i sanitarne potwierdzone pozytywną, aktualną opinią Sanepidu. Wyposażenie musi zapewniać możliwość realizacji podjętych działań.
19. W pomieszczeniu znajdują się
20. siedziska, krzesła,
21. komputer i urządzenie multimedialne,
22. szafa do przechowywania dokumentacji i miejsce dla środków dydaktycznych.

sprzęty i urządzenia umożliwiające prezentację i wykonywanie ćwiczeń umiejętności (wanienka, stanowisko/a do nauki kąpieli, toalety, przewijania noworodka/niemowlęcia, łóżeczko itp.),

1. Do prowadzenia zajęć gimnastycznych i relaksacyjnych organizator powinien posiadać:
2. materace,
3. worki „sako”,
4. piłki, wałki itp.
5. Dla zapewnienia bezpieczeństwa uczestnikom, organizator powinien posiadać apteczkę wraz z ciśnieniomierzem.
6. **Wskaźniki standardu**
7. Lokal posiada pomieszczenia do zajęć teoretycznych, ćwiczeń umiejętności praktycznych i zajęć gimnastycznych.
8. Pomieszczenia dostosowane są do rodzajów realizowanych zajęć.
9. Pomieszczenia wyposażone są w meble i urządzenia spełniające wymogi bezpieczeństwa i sanitarne potwierdzone pozytywną opinią Sanepid.
10. Dla uczestników oraz realizatorów dostępne są sanitariaty.
11. Pomieszczenia są czytelnie oznakowane.
12. Organizator posiada sprzęt i urządzenia do prowadzenia zajęć gimnastycznych i relaksacyjnych.
13. Organizator dysponuje apteczką z ciśnieniomierzem.
14. Dostęp do telefonu.
15. **Mierniki standardu**
16. Lokal przystosowany do prowadzenia zajęć.
17. Warunki bezpieczeństwa są spełnione.
18. Aktualna opinia Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej.
19. **Nazwa standardu - Dokumentacja programu**

**Opis standardu**

1. Podmiot zobowiązany jest do prowadzenia następującej dokumentacji działań merytorycznych:
2. dziennik zajęć,
3. indywidualna karta uczestnika,
4. ankiety ewaluacyjne,
5. harmonogramy zajęć,
6. Podmiot ma obowiązek umożliwić przeprowadzenie wizytacji i kontroli merytorycznej realizowanych działań.

**Wskaźniki standardu**

1. Podmiot posiada dokumentację zgodną ze standardem.
2. Dokumentowanie zadań umożliwia monitorowanie ich realizacji.
3. Zapewnione są warunki do przechowywania dokumentacji programu przed wykorzystywaniem przez osoby nieupoważnione zgodnie z Ustawą o Ochronie Danych Osobowych.

**Mierniki standardu**

1. Sposób prowadzenia, przechowywania i archiwizowania dokumentów.
2. **Nazwa standardu Promocja realizowanego programu.**
   * + 1. **Opis standardu**
3. Podmiot promuje i prezentuje prowadzoną przez siebie Szkołę Rodzenia.
4. Na materiałach reklamowych umieszczona jest informacja o finansowaniu WSR przez Miasto Wrocław
   * + 1. **Wskaźniki standardu**
5. Szkoła Rodzenia jest promowana we Wrocławiu.
6. Organizator umieszcza na materiałach reklamowych informację dot. źródła finansowania programu.
   * + 1. **Mierniki standardu**
7. Posiadane materiały reklamowe.
8. **Nazwa standardu Monitorowanie realizowanego programu (ewaluacja i ocena)**
9. **Opis standardu**
10. Systematycznie badana jest i doskonalona skuteczność realizowanych programów.
11. Ocena realizowanego programu WSR przedstawiana jest w sprawozdaniach ( okresowych, rocznych).
12. **Wskaźniki standardu**
13. W monitorowaniu programu są wykorzystywane:
14. ankiety ewaluacyjne,
15. ocena efektów dokonywana przez prowadzącego program na podstawie ustalonych wcześniej wskaźników osiągnięcia celu,
16. systematyczna hospitacja,
17. badania dokumentacji.
18. **Mierniki standardu**
19. Zgodność realizacji zajęć z programem i harmonogramem.
20. Znajomość programu i harmonogramów zajęć przez uczestników.
21. Frekwencja na zajęciach nie mniejsza niż 75%.
22. Stopień satysfakcji uczestników powyżej 3 w skali d 1 – 5.

**Opracowanie, mgr Leokadia Jędrzejewska – Koordynator programów zdrowotnych dotyczących zdrowia matki i dziecka we Wrocławiu**

Standardy zaktualizowane w 2023 rok