

Program edukacije za voditeljice trudničkih tečajeva

KURIKULUM



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Sadržaj:

Proces	3
Samostalno učenje	4
KURIKULUM EDUKACIJE UŽIVO	7
EDUKACIJA UŽIVO PRVI DAN - 15h-19h (4 sata)	7
EDUKACIJA UŽIVO – DRUGI DAN – 8:45-18:30	10
EDUKACIJA UŽIVO – TREĆI DAN 8:45-12:45; 15:00-19:00	15
EDUKACIJA UŽIVO ČETVRTI DAN – 8:45-18:30 PSIHOLOGIJA	20
EDUKACIJA UŽIVO PETI DAN – 8:45-18:30	24
Završni projekt i pilot tečaj	27

Ovo djelo je dano na korištenje pod licencom [Creative Commons Imenovanje-Nekomercijalno-Dijeli pod istim uvjetima 4.0 međunarodna](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

Proces

1) Proces prijave

Poziv se upućuje podobnim članovima partnerskih organizacija koji uključuje osnovne informacije o tečaju, datumima i zahtjevima. Kandidati moraju ispuniti Google obrazac sa svojim podacima s kontaktima i jednominutnim video zapisom u kojem opisuju sebe i zašto se žele pridružiti, te koju vrijednosti mogu pridodati zajednici.

Poziv je otvoren do 30 dana.

2) Proces odabira

Tim od najmanje dva člana nastavnog tima procjenjuje motivacijska pisma i bira prvi krug kandidata koji ispunjavaju uvjete. Nakon što je to završeno, oni ocjenjuju prijave geografske važnosti (dislocirana i ugrožena područja imaju prednost) i obavljaju konačni izbor.

3) Izabrani kandidati su obaviješteni i od njih se tražilo da potpišu etičku i moralnu listu kao i sporazum o sudjelovanju. Također im se osigurava popis knjiga (u nastavku) potreban za čitanje najmanje mjesec dana prije početka tečaja. Moraju biti upoznati sa ovim knjigama:

Ina May's Guide to Childbirth, Marsden Wagner My Birth Plan

Kimberly Ann Johnson - The Fourth Trimester, Mark Harris – Men, Love and Birth

4) Domaća zadaća za samostalno učenje organizirana je putem internetske platforme za učenje (Facebook društvena grupa za učenje) u kojoj moraju sudjelovati svi polaznici. Svaki tjedan treninga polaznicima se postavlja pitanje koje moraju istražiti i odgovoriti. Imaju tjedan dana da ispune zadatak. Na početku svakog tjedna domaće zadaće postaviti će se na platformi za učenje kako bi ih svi sudionici vidjeli, te će oni biti pozvani da daju povratne informacije i pitanja drugima. Učenici koji domaću zadaću ne predaju/dovrše uklanjaju se iz grupe dok domaći zadatak ne bude završen, nakon čega se ponovo dodaju. Razdoblje samostalnog učenja je 14 tjedana rada, s odgovarajućim odmorima za praznike, što ukupno razdoblje učenja može doseći 16 tjedana.

5) 5) Nakon završetka razdoblja samostalnog učenja, svi sudionici koji su uspješno obavili sve domaće zadatke pozivaju se da pohađaju petodnevnu obuku u živo. Obuka uživo (program slijedi) organizira se na mjestu gdje se sudionicima pruža mogućnost da ostanu u istom smještaju, na istome mjestu uz obroke i odgovarajući nastavni material i prostor

6) Nakon obuke, sudionici su pozvani da pripreme skicu kurikuluma i podnesu ga za povratnu informaciju. Odobreni nastavni programi ispituju se u zajednici polaznika, a evaluacije se predaju nastavnom timu. Nakon što to završi, polaznik je pozvan da diplomira i potpuno je certificiran.

Samostalno učenje

SAMOSTALNO UČENJE – PRVI TJEDAN

Opišite medicinski i primaljski model skrbi. Koje su glavne razlike? Je li moguće kombinirati ta dva modela? Koje su mogućnosti za svaki (npr. Jesu li dostupni) u vašoj zemlji? Odgovor napišite u maksimalno 1000 riječi (možete napisati manje, samo ne više). Molimo vas da uključite razmake i podnaslove kako biste olakšali čitanje napisanog. Tijekom diskusije svaka osoba mora napisati pitanja o zadaći druga dva sudionika.

SAMOSTALNO UČENJE – DRUGI TJEDAN

Optimalna prehrana moćan je način da doprinesete zdravlju žene. Koje vrste hrane trebaju konzumirati prosječne trudnice? Kako izbor hrane može utjecati na zdravlje trudnoće?

Za drugu polovicu vašeg odgovora: A Grupa, u svoju raspravu uvrstite dodatke i vitamine. B grupa, što ljudi s određenom dijetom (npr. Vegetarijanci i vegani) moraju biti sigurni da uključuju u svoju prehranu?

Odgovor napišite u maksimalno 1000 riječi (možete napisati manje, samo ne više). Molimo vas da uvrstite razmake i podnaslove kako biste olakšali čitanje napisanog.

SAMOSTALNO UČENJE – TREĆI TJEDAN

Koji su hormoni se aktiviraju na porodu i koja je uloga svakog? Jesu li oni isti kao umjetni hormoni koji se mogu davati kao lijekovi? Koje su glavne razlike?

Opišite svoj odgovor s 1000 riječi ili manje. Molimo vas da uvrstite razmake i podnaslove kako biste olakšali čitanje napisanog. Tijekom rasprave, svaka osoba mora postaviti pitanja o odgovorima dva druga sudionika.

SAMOSTALNO UČENJE – ČETVRTI TJEDAN

Opišite faze poroda i što se događa u svakoj fazi (sjetite se opisati tranziciju). Kako prepoznajete svaku od faza? Opišite svoj odgovor s 1000 riječi ili manje. Molimo vas da uvrstite razmake i podnaslove kako biste olakšali čitanje napisanog. Tijekom rasprave, svaka osoba mora postaviti pitanja o odgovorima dva druga sudionika.

SAMOSTALNO UČENJE – PETI TJEDAN

Opišite najčešće intervencije na porodu i njihove moguće alternative. Nacrtajte dijagram kaskada intervencija. Opišite svoj odgovor s 1000 riječi ili manje. Molimo vas da uvrstite razmake i podnaslove kako biste olakšali čitanje napisanog. Tijekom rasprave, svaka osoba mora postaviti pitanja o odgovorima dva druga sudionika.

SAMOSTALNO UČENJE – ŠESTI TJEDAN

Kako se nositi sa bolovima u porodu

Skupina A, raspravlja o tri farmakološke (medicinske) metode ublažavanja boli koje žena može koristiti u bolnicama, kako im se daje i koje su njihove prednosti i nedostaci.

Skupina B, nabrojite i raspravite o tri prirodne (za koje se ne zahtijeva lijek) metode za smanjenje boli koje žene mogu koristiti u bolnicama, kako im se daju i koje su njihove prednosti i nedostaci.

C grupa, razgovarajte o tome kako partner (pratnja na porodu) može pomoći u otklanjanju boli (5 metoda i opisa).

Ne zaboravite u svoje odgovore uključiti opremu, vodu, namještaj itd.

Opišite svoj odgovor s 1000 riječi ili manje. Molimo vas da uvrstite razmake i podnaslove kako biste olakšali čitanje napisanog. Tijekom rasprave, svaka osoba mora postaviti pitanja o odgovorima dva druga sudionika.

SAMOSTALNO UČENJE – SEDMI TJEDAN

Što se događa u prvim satima nakon rođenja djeteta? Opiši što se najčešće događa u bolnicama (kuda odvođe dijete, što još daju djetetu ili majci?) U drugom dijelu odgovora, A grupa – fokusirajte se na majčinu tranziciju nakon poroda; B grupa – fokusirajte se na djetetovu tranziciju nakon poroda. Opišite svoj odgovor s 1000 riječi ili manje. Molimo vas da uvrstite razmake i podnaslove kako biste olakšali čitanje napisanog. Tijekom rasprave, svaka osoba mora postaviti pitanja o odgovorima dva druga sudionika.

KURIKULUM EDUKACIJE UŽIVO

EDUKACIJA UŽIVO PRVI DAN - 15h-19h (4 sata)

Ciljevi radionice: sudionici se upoznaju, stvaranje sigurnog okruženja za učenje

Naziv modula Učitelj	Cilj	Tip aktivnosti	Opis lekcije (detaljno)	Oprema koja je potrebna	Materijali koji su potrebni (fotokopije, knjige)	Vrijeme u minutama
Poslijepodnevni dio 1 15-17h (2 sata)						
Govor dobrodošlice Daniela Drandić	Pozdravljanje sudionika i upoznajemo ih s danom.	Pričanje	Predstavljamo predavače= Predstavljamo Rodu i Indo Anai Zašto radimo na ovom projektu, koji su ciljevi. Koji su ciljevi za svaki dan treninga			15
Uvod – upoznavanje s predavačima Daniela Drandić	Upoznavanje i postavljanje pravila. Stvaramo sigurno okruženje za učenje, rad u grupama	Upoznavanje polaznika i predavača, igra s imenima	Posložimo se u krug u sobi, svaki polaznik nam kaže nešto o sebi i komentira o aktivnostima i raspravama u Facebook grupi.	Alati potrebni za organizaciju grupe: Pitanja za upoznavanje	Brošura o tome što trebate učiniti na početku svakog sata kako biste postavili ton lekcije / dana - polaznici će to koristiti kasnije u svom radu	60
Aktivnost mapiranja Marija Renić	Kako bi odredili očekivanja sudionika i upoznali se	Individualan rad	Polaznici se služe papirićima (post it) na kojima pišu svoje ideje na teme (u nastavku) koje stavljaju na flip-karte. Očekujem da će radionica biti... Nadam se da radionica neće biti...	Flip- karte Post it Markeri i olovke		20

			Moj doprinos će biti...			
Dodijeliti zadaću	Dodijeliti parove i domaću zadaću, pobrinuti se da svi razumiju što treba učiniti	Rad u paru	Dodijelite domaću zadaću i postavite grupe parova (jedan hrvatski, jedan slovenski sudionik): U parovima, snimamo jedan drugoga (koristeći svoj telefon) predavajući temu jednu minutu, zadnjeg dana ćemo to gledati	(priprema tema te večeri, prezentacija / snimanje uživo od sutra)	Popis tema nastalih iz samostalnog učenja	20
Pauza za kavu 17:00-17:30h						
Poslijepodnevni dio 2 17:30-19:30 (2 sata)						
Energizer Ivana Lovrić	Energiser aktivnost	Rad u grupi	Tapping vježba (tapkanje)			10
Tvoj idealan/ najgori polaznik Marija Renić Mia Cvjetković	Opišite tko je vaš idealan polaznik i tko je vaš polaznik iz noćne more	Rad u grupi	Polaznici se svrstavaju u grupe i dobivaju zadatak - bilo da opišu svog idealnog sudionika / učenika ili svog sudionika u noćnoj mori. Na flip chart grupi zajedno rade na crtanju i opisivanju vrijednosti i uvjerenja ovog sudionika	Flip-chart markeri Samoljepljiva traka	Način podjele – rođendan, mjesec	20
		Prezentacije	Svaka grupa prezentira svoj rad			30
Ciljna publika/marketinški vašeg tečaja Daniela D.		Grupna rasprava	Grupa raspravlja o pitanju: Tko su potencijalni partneri u vašoj zajednici? Koje tri stvari možete učiniti u svojoj zajednici da promovirate svoj tečaj za svoje idealne polaznike? Koje tri stvari možete učiniti na mreži kako biste promovirali svoj	Flip-chart Markeri Izlagači zapisuju tri glavne ideje (na tri flip-charta)		30

			tečaj idealnim klijentima?What could an elevator pitch for your course be?			
Marketing nadomjestak a majčinog mlijeka Daniela Drandić	Upoznati sudionike s Kodeksom SZO-a o marketingu adaptiranog majčinog mlijeka i onim što to znači u njihovom radu kao childbirth educator	prezentacija	Prezentacija kodeksa SZO primjerima, raspravom i pitanjima	Powerpoint prezentacija	Kod u crtićima (brošura)	20
Večera sa sudionicima bez pratnje i djece **sjedni s novom osobom**						

EDUKACIJA UŽIVO – DRUGI DAN – 8:45-18:30						
Vještine: Upoznavanje s vašom ulogom moderatora/voditelja						
Ciljevi radionice: polaznici se međusobno upoznaju, stvaraju sigurno okruženje za učenje						
Ime modula					Potrebni materijali (fotokopije, knjige)	Potrebno vrijeme u minutama
Predavača	Cilj	Tip aktivnosti	Opis lekcije (detaljno)	Potrebna oprema		
8:30-9h Dobrodošlica						
Jutarnji dio 1 9-11h						
Energizer Ivana Lovrić	Energiser activity	Rad u grupi	Istezanje			10
Uvod u obrazovanje odraslih Marija Renić Mia Cvjetković	Polaznik razumije koncept učenja odraslih i razliku između pedagogije i andragogije	Predavanje	Predavanje o glavnim pojmovima obrazovanja odraslih; razlike andragogija i pedagogija		Powerpoint	5
	Razmišljanje o osobnom iskustvu u učenju (kod odraslih) i procjena čimbenika uspješnog iskustva	Rad u grupi	Zadatak br1 Odražavajući u parovima, polaznici identificiraju izvanredne i nezaboravne čimbenike iz prethodnih iskustava u učenju. Kao		Post-it papirići Flip chart papir Markeri i penkala	35

	učenja		grupa navedite sve faktore i napravite kolaž od: uspješnog ili neuspješnog učitelja (suprotno navedenim faktorima koji se pamte) i predstavite njihov rad.			
	Da biste mogli razlikovati karakteristike andragogije i pedagogije	Rad u grupi	Zadatak br2 U skupinama rasporedite tablicu glavnih andragoških i pedagoških karakteristika; usporedite tablicu i faktore navedene na kolažu u prethodnom zadatku.	letak br 1	Letak br 1	30
	Biti u stanju odabrati odgovarajuću nastavnu metodu i aktivnost	Rad u grupi	Zadatak br.3 Pojedinačno čitajte i razmišljajte o Brošuri br. 2; grupna rasprava	letak br 2	letak br 2	30
Pauza za kavu 11-1130						
Jutarnji dio 2 1130-1330						
Energizer Ivana Lovrić	Energiser aktivnost	Grupni rad	Makko-ho vježbe			10
Etika predavača Marija Renić Mia Cvjetković	Razmišljanje o osobnoj etici	Individualni rad	Zadatak br. 4 Sudionici čitaju „Naše vrijednosti“ u CBE informativnom paketu i prepoznaju stavke koje im najviše odgovaraju; vidi kao potencijalno područje osobnog rasta; vidi kao potencijalnu izazovnu situaciju ili problem	letak br 3	letak br 3	30

	Polaznici mogu prihvatiti i raditi sa raznolikim kolegama i učenicima	Grupni rad	Zadatak br5 Sudionici su podijeljeni u skupine. Svaka skupina dobiva ulogu u igri uloga. Ispred razreda iz svake grupe po jedan sudionik glumi ulogu koja mu je dodijeljena.	Scenarij za igru uloga	Test letka br 4, "Koliko si asertivan"	55
		Diskusija	Teške situacije u kojima su sudionici bili; iskustva CBE-a s vrstama klijenata; savjeti i trikovi			20
Pauza za ručak 13:30-14:30h						
Poslijepodnevni dio 1 14:30-16:30						
Energizer Ivana Lovrić	Energiser activity	Rad u grupi	Vježbe disanja			10
Mapping aktivnost Mia Cvjetković	Svjestan je različitih pozadina / znanja / očekivanja svojih sudionika	Rad u grupi	Zadatak br.6 Sudionici će mapirati svoje potencijalne klijente / želje nasuprot potreba Sudionici su podijeljeni u 2 skupine i moraju smisliti razliku između žena koje CBE žele (percepcija trudnica) u odnosu na ono što im je potrebno (njihov tijek)		Post-it papirići Flip chart papir Markeri i olovke	10
Učinkovitost učenje odraslih Marija Renić Mia	Svjestan je metoda kako uključiti situacije iz stvarnog svijeta kako bi se učenicima pomoglo da steknu vještine i znanje koje su im potrebne tijekom procesa	Predavanje	Piramida učenja			5

Cvjetković						
	Polaznici mogu odabrati učinkovite obrazovne metode za svoj kurikulum	Rad u grupi	Zadatak br7 Svrha obrazovanja: Sudionici će raditi u skupinama na rangiranju učinkovitosti obrazovnih metoda za tri teme vezane uz porođaj; rangirati metode u odnosu na piramidu učenja Edgar Dale	Letak br 5	letak br 5	35
	Shvatiti i moći objasniti koncept učenja temeljenog na problemima	Video	Zadatak br. 8 Sudionici će pogledati videozapis koji demonstrira PBL i pokušati identificirati PBL elemente u njemu	Video isječak House M.D. Brošura br 6	Video isječak House M.D. Brošura br 6	15
	Naučiti raditi nastavni plan i program	Rad u parovima	Može osmisliti kurikulum na način koji osigurava razumijevanje, održavanje i primjenu gradiva u učionici i izvan nje	Primjerak kurikuluma na listiću	Uzorak nastavnog plana i programa letak: Model ciljeva učenja	45
Zatvaranje kruga i evaluacija						20
16:30-17h Pauza za kavu						
Poslijepodnevni dio 2 17h-18:30 FIZIOLOGIJA						
Energizer Ivana Lovrić	Energiser aktivnost	Rad u grupi	Jednostavni joga pokreti za trudnice			10

	Provokativna pitanja uz kavu-dobrodošlica		Koliko mislite da bi trudne obitelji plaćale tečaj za CBE? Gdje ćete organizirati svoj tečaj?	Flip chart Post it papirići		10
Hormoni Teja Škodič Zakšek Špela Urbanc	Razumije ulogu hormona u hormonalnom orkestru za vrijeme trudnoće, porođaja i nakon porođaja	Slušanje zvučnog zapisa	Sudionici će poslušati dvije različite verzije iste (nadaleko poznate) pjesme kako bi stekli predstavu o tome što riječ orkestar znači u vezi sa porođajnim hormonima, nakon čega slijedi rasprava	Računalo		15
		Rad u grupi	Duboko opuštanje s namjerom da se sudionici usredotoče na nešto (svoje tijelo, mir, spokoj) i zatim ih naglo uznemire glasnim i stranim šumom, nakon čega slijedi rasprava o njihovim osjećajima za uznemirenost i povezivanje svega s radom hormona	yoga prostirke		30
	Prepoznaje kad stvari nisu normalne, zna kada žene trebaju potražiti dodatnu zdravstvenu podršku	Rješavanje problema igre uloga	Sudionicama će se podijeliti scenariji različitih mogućih pojava u trudnoći / porođaju. Oni će biti razdvojeni u 5 grupa od četiri i od njih će se tražiti da prepoznaju ozbiljnost opisane situacije, moguće mjere koje se mogu uputiti, koga uputiti prema ženama, moguće što bi se moglo učiniti da se spriječe takvi slučajevi itd., Nakon čega slijedi rasprava o njihovim radovima	flip chart post-it papirići	Isječci sa scenarijima	40
	Krug?					

EDUKACIJA UŽIVO – TREĆI DAN 8:45-12:45; 15:00-19:00

Ciljevi radionice: naučiti o fiziologiji trudnoće, porođaja i babinja; dobar dokaz / loš dokaz

Naziv modula Predavača	cilj	Tip aktivnosti	Opis lekcije (detaljan)	Potrebna oprema	Potrebni materijali (fotokopije, knjige)	Vrijeme u minutama
8:30-9h Provokativna pitanja uz kavu - dobrodošlica a) Vaša prijateljica želi prirodno inducirati porod, koje biste joj metode preporučili? b) Što je bolje? Carpaccio ili smoothie od posteljice?						
Jutarnji dio 1 9-11h						
Energizer Ivana Lovrić	Energiser aktivnost	Rad u grupi	Vježbe istezanja i tapkanje za trudnice			10
Hormoni Teja Škodić Zakšek Špela Urbanc	Zna predložiti i pokazati različite vježbe za bolju pripremu poroda, opisujući utjecaj aktivnosti u trudnoći na žensko tijelo tijekom trudnoće, porođaja i nakon porođaja, može objasniti različite položaje fetusa i što je optimalno, biti u stanju sugerirati i demonstrirati svakodnevne aktivnosti za postizanje optimalnog položaja fetusa	demonstracija, zagonetke i grupna rasprava	Pokazat će se neke vježbe / položaji, a sudionici će biti zamoljeni da objasne kakve efekte imaju na položaj bebe i stanje ženinog tijela. Od njih će se tražiti da sudjeluju u demonstracijama kako bi bolje shvatili točku i mogućnosti kretanja u trudnoći.	Lopta za porod, stolica, rebozo marama		45
Proces poroda	Zna znakove aktivnog porođaja i kada je vrijeme	Grupna rasprava sa	Polaznicima će se podijeliti scenariji s opisom različitih žena u različitim	knjige, letak, webinar (papiri i olovke, flipchart)		30

	otići u bolnicu ili nazvati babicu	scenarijima	fazama trudnoća. Oni će biti razdvojeni u 5 skupina od 4 osobe i od njih će se tražiti da odrede fazu porođaja, tempo porođaja i kada je vrijeme za odlazak u bolnicu ili zvanje babice. Nakon čega slijedi rasprava o njihovim izborima.			
	Demonstrira shvaćanje važnosti uloge koju imaju osobe/ljudi za podršku. Demonstrira činjenicu da je pružanje individualiziranog savjeta o tome da priprema ima važnu ulogu partnerima i osobama koje pružaju podršku.	Igra uloga	Sudionici će biti podijeljeni u 4 skupine po 5 osoba i svi će sudjelovati u igri - padanje i hvatanje kako bi se izgradilo povjerenje.	knjige, letak, webinar (papiri i olovke, flipchart)		15
Intervencije	Predstavlja znanje o okolnostima u kojima će majke i bebe trebati pomoć. Primjerice, razlozi za izazivanje porođaja, za elektronički nadzor fetusa i carski rez (bilo planirano u trudnoći ili odlučeno tijekom porođaja).	Rješavanje problema	Ova će vježba poslužiti sudionicima za različite scenarije, a oni će u skupinama od 4 trebati ili opisati moguću kaskadu intervencija ili izgraditi scenarij za opravdanje intervencija.	knjige, letak, webinar (papiri i olovke, flipchart)		30
Pauza za kavu 11-11:30						
Jutarnji dio 2 11:30-12:45						
Energizer Ivana Lovrić	Energiser activity	Rad u grupi	akupresurne točke za ublažavanje bolova			10

Ublažavanje boli	Znajte glavne prednosti i nedostatke različitih opcija ublažavanja boli tijekom porođaja	igra uloga, demonstracije, vježbe disanja	Ova vježba će se usredotočiti na prirodno ublažavanje boli, kao i na to kako pomoći ženama u ublažavanju boli zbog lijekova koje su dobile na porodu. Preokret tijekom epiduralne će biti prikazan i prakticiran, a prirodna rješenja predstavljena i raspravljena.		yoga prostirka	40
Novorođenč e	u stanju je opisati bebine znakove gladi, pospanosti i drugih potreba; kako znati da je beba sretna i puna	komplet za preživljavanje za postporođajno predavanje i brainstorming	Sudionici će se uključiti u raspravu o kompletu za preživljavanje koji novorođeni roditelji trebaju u prvim tjednima nakon rođenja i kako olakšati prve tjedne nakon poroda.		flipchart, lutka	40
Poslijepodnevna pauza 12:45-15h						
Poslijepodnevni dio 1 15-17h						
Provokativna pitanja uz kavu			Provokativna pitanja uz kavu – pozdravljanje Tvoja sestra želi na carski rez jer misli da je to najbolje za nju, što ćeš joj reći? Tvoja sestra želi ne asistirani porod, što ćeš joj reći?			20
Energizer Ivana Lovrić	Energiser aktivnost	Rad u grupi	Vježbe istezanja i tapping za žene u babinju.			10
Dojenje	posjeduje teorijska i praktična znanja i vještine o	korištenje rekvizita,	Sudionici će biti podijeljeni u parove i uključit će se u ulogu - jedna je majka	flip chart papir i markeri	Model bebe, izdajalica, prop kit, flip chart,	40

	uspostavljanju dojenja, sposobnost pokazivanja različitih položaja, tehnika dojenja, izdavanja / kompresija dojki, također u teškim okolnostima	demonstracija, praktična igra, igra uloga, rješavanje problema	koja doji, a druga joj pomaže. Dat će im se neki scenariji i prijedlozi. Aktivnost će uključivati neke aspekte prethodne aktivnosti rješavanja problema.		papirići, jastuci	
Dojenje	u stanju je prepoznati uobičajene probleme sa dojenjem, uobičajeni izgled nekog problema, što učiniti s njima i kako ih izbjeći		Sudionicima će se predstaviti brošura različitih problema i nasumično će biti razdvojena u 5 grupa od 4. Oni će morati pronaći način rješavanja problema s eventualnim prikupljanjem više informacija i njihov će se rad raspravljati među skupinama.		flip chart, post it papirići	
Pauza za kavu 17-17:30h						
Poslijepodne vni dio 2 17:30h- 19:30						
Energizer Ivana Lovrić	Energiser aktivnost	Rad u grupi				
	Overflow					60
Prezentacije			Parovi prezentiraju pripremljene 3-minutne prezentacije (10 parova po dva sudionika), po tri minute komentara nakon svakog			65

			Marija započinje uvodom o tome kako dati povratne informacije/komentare			
Završni krug i procjene						20
Večernja aktivnost 20:30- 21:30h			Karaoke / noćna šetnja			

EDUKACIJA UŽIVO ČETVRTI DAN – 8:45-18:30 PSIHOLOGIJA

Ciljevi radionice: učiti o psihologiji trudnoće, poroda i babinja

Naziv modula Ime predavača	Cilj	Tip aktivnosti	Opis lekcije (detaljno)	Oprema koja je potrebna	Potrebni materijali (fotokopije, knjige)	Vrijeme u minutama
8:30-9h Provokativna pitanja uz kavu - pozdravljanje c) Medicinska sestra iz tvoje zajednice priča ženama da je tvoj tečaj opasan? d) Kako možeš promijeniti mentalitet u svojoj zajednici da tvoj tečaj bude dobro prihvaćen?						
Jutarnji dio 1 9-11h						
Energizer Ivana Lovrić	Energiser activity	Rad u grupi	Kretanje na porodu			10
Moji stereotipi i predrasude Ksenija Malia Leban		Rad u paru, rasprava	Sudionici dobivaju nedovršene rečenice (Nolan) i ispunjavaju ih pojedinačno (5 min). Nakon toga sjede u parovima, jedna od njih govori o onome što je ispunila, a druga prakticira aktivno slušanje (s brošurama da ih podsjeti na principe), pokušavajući shvatiti koja su uvjerenja i stavovi skriveni pod tim izjavama. Nakon 10 minuta zamijene se. Nakon toga u parovima odražavaju kako je bilo slušati, što je pomoglo govorniku da se otvori i kako je bilo slušati drugačija uvjerenja. Zapisuju opažanja (10	Letak načela aktivnog slušanja Letak nedovršene rečenice		45

			minuta). Zatim imaju kratak pregled u grupi (10 min).			
Pauza za kavu 11-11:30						
Jutarnji dio 2 11:30-13:30						
Energizer Ivana Lovrić	Energiser aktivnost	Rad u grupi	Opuštajuće vježbe			10
Tko je odgovoran?	<p>moгу osmisliti i koristiti aktivnost za podršku vještini donošenja odluka može objasniti i raspravljati o samoodgovornosti roditelja i njezinim aspektima (kada, zašto, kako ...)</p> <p>može podržati roditelje u vježbanju donošenja odluka u trudnoći</p>	Igra uloga	<p>aktivnost - vještine postavljanja pitanja, Nolan, Antenatalno obrazovanje, str. 90-1</p> <p>Koristite aktivnost da biste razgovarali o odgovornosti i kako je koristiti</p>	Isprintani listići s ulogama za tri različita scenarija		45
Upoznaj porođajni tim						
Pauza za kavu 13:30-14:30h						
Poslijepodnevni dio 1						

14:30-16:30						
			Provokativna pitanja uz kavu, dobrodošlica Možeš li staviti majčino mlijeko u kavu? Kakvog je okusa? Što liječi ljudsko mlijeko?			
Energizer Ivana Lovrić	Energiser activity		tražimo što nam treba i dajemo što treba (nježan i stabilan pritisak uz praćenje daha)			10
Savršene bebe, Savršeni roditelji	može naučiti kako se odnositi prema medijskim slikama PPP-a i roditeljstva, kao i drugim utjecajima iz prošlosti	Rad u grupama, kolaž	aktivnost - Savršene bebe, savršeni roditelji - izvor Antenatalno obrazovanje (Nolan), str. 122 Napravite reklamu kao poster, sa slikama iz časopisa za roditeljstvo Uključite porod u aktivnost. Važno - uokviriti aktivnosti za CB edukatore 1. koje su moje percepcije o porodu, roditeljstvu i bebama 2. kako s ovom aktivnosti mogu ukloniti strahove povezane s porodom, roditeljstvom i bebama	časopisi za roditeljstvo s puno slika škare ljepilo flipchart papir i markeri za svaku skupinu		
Pauza za kavu 16:30-17h						
Poslijepodnevni dio 2 17h-18:30						

Nošenje s neočekivanim	zna kako poduprijeti vlastito samopoštovanje zna koristiti najmanje 2-3 aktivnosti za povećanje samopouzdanja roditelja (ukazujući na njihovo prethodno iskustvo da rade nešto teško)	Individualna rasprava	Aktivnost- Life so far... - izvor Empowering Women, p. 198			45
Energizer Ivana Lovrić	Energiser activity	Rad u grupi	Osobna zaštita			10

EDUKACIJA UŽIVO PETI DAN – 8:45-18:30

Psihologija trudnoće, poroda i babinja

Ciljevi radionice: naučiti psihologiju trudnoće, poroda i babinja

Naziv modula Ime predavača	Cilj	Tip aktivnosti	Opis lekcije (detaljno)	Potrebna oprema	Potrebni materijali (fotokopije, knjige)	Vrijeme u minutama
8:30-9h Provokativna pitanja uz kavu, dobrodošlica a) Kako bi opisala ovu obuku svojoj prijateljici s jednom riječi? b) Kako bi opisala ovu obuku svojoj baki s jednom riječi?						
Jutarnji dio 1 9-11h						
Energizer Ivana Lovrić	Energiser activity	Rad u grupi	Istezanje za babinjače			10
Reći NE	1. mogu uspostaviti svoja prava i osobna ograničenja u dijalogu može podučavati osnovne asertivne vještine (za komunikaciju s bolničkim osobljem ili s upadajućim rođacima) 2. može čitati neverbalne znakove kod drugih i svjesno može upotrijebiti neverbalne znakove za komunikaciju s grupom	Rad u grupi, igra uloga	Reći NE; grupe od 3 polaznika, igraju uloge s dodijeljenim scenarijima Jedan ("rođak", "kolega") spominje nešto što definitivno MOŽEMO odbiti (dolazak s mladom obitelji, odvođenje djeteta k njima, neželjeni savjet (trebali biste učiniti ...) ... bilo što to je kulturološki bitno), drugi mora reći NE, treći promatra (5 minuta); razmišljanje o tome koliko je odbijanje bilo asertivno i što ga je otežalo, kako je neverbalna komunikacija nastupila (5 minuta	printani scenariji za igranje uloga za svakog - rodbina dolazi smetati novu mladu obitelj / kolega dolazi i govori/nudi neželjene savjete		45

			napišite teme za promišljanje na flipchart kako bi ih mogli vidjeti); zamjena; zatim refleksija (10 m) u grupi - što otežava odbijanje, kako odbijanje učiniti jasnijim i čvršćim.			
Pauza za kavu 11-11:30						
Jutarnji dio 2 11:30-13:30						
Traženje pomoći Briga o sebi	mogu objasniti zašto je traženje pomoći normalno i kako svi uključeni imaju koristi od toga (onaj koji pomaže, onaj kome je pružana pomoć)	Rad u grupi, Igra uloga	Upute: Raditi u parovima. Jedan (gospodar) sjedi i ne radi ništa drugo nego traži razne stvari (skuhajte mi šalicu čaja, izmasirajte me, donesite mi knjigu, ostavite me na miru, dođite ovdje i pričajte mi o svojem danu...); drugi (sluga) se pokorava. Nakon 7 minuta prebacuju se. Zatim 5 minuta pričaju u parovima kako su se osjećali; zatim 10 minuta zajedno u grupi. Ukazivanje na stres: onaj tko pomaže osjeća se dobro da pomogne, pogotovo kad točno zna što drugi želi.			45
Energizer Ivana Lovrić	Energiser aktivnost	Rad u grupi	Masaža partnera			10
...tko MENI može pomoći?	mogu s grupom razgovarati o prednostima socijalne podrške i povećati svijest o njihovim mogućnostima	Individualno, parovi	Upute: Osoba koju vidite u srcu jeste vi sami. Navedite one od kojih možete zatražiti pomoć - obitelj, prijatelje ili profesionalce/kolege.	olovke i penkala predložak sa srcem s malenom osobom u sredini i puno slobodnog prostora		45

			Napišite što vam mogu pomoći nakon što počnete raditi kao CBE. (10) Podijelite s drugom osobom i ako želite, dodajte druge ljude i stvari u kojima vam mogu pomoći. (10)	okolo		
Akcijski plan za budućnost	zna svoje osobne granice (koliko sati može provesti radeći CBE, koje vrste klijenata mogu izazvati poteškoće) poznaje profesionalne granice (što znaju i kada treba uputiti drugom profesionalcu)	domaća zadaća i rad u malim skupinama, rasprava	svi ispunjavaju svoj Akcijski plan - možete prilagoditi ovaj plan koji smo koristili za mentorski tečaj https://drive.google.com/open?id=1TIOwnFhhf-k2Uidd6pEJSckBHUJTFQfs Pitanja u planu trebaju naglasiti i njihovu profesionalnu stručnost. To treba obaviti prije obuke, ili jedan dan prije, i dovesti ih na predavanje. Polaznici trebaju biti svjesni onoga što ćemo tražiti od njih i ponuditi im na ovom projektu. Zatim na predavanju - zamolite sve da uđu u parove i razgovaraju: 1. koji im je preferirani način rada 2. koji će im biti sljedeći koraci da se postave kao CBE (što još moram naučiti, gdje to naučiti ...). Zaključak - planiranje je potrebno kada ćemo bitno promijeniti svoje živote. Ne možemo se pripremiti za sve, ali pomaže vam da imate plan za stvari na koje možete utjecati.	Listići s akcijskim planom - trebaju biti predani barem dan prije		45
Završni krug, evaluacije						
Ručak i odlazak						

Završni projekt i pilot tečaj

Završni projekt za polaznike jest stvoriti minimalno trosatni nastavni plan i program za trudnički tečaj, tu pokazuju da mogu prepoznati najvažnije informacije u određenom području i podučavati ih koristeći principe naučene u ovom tečaju.

Rok za nastavni plan i program je 8 tjedana, a povratne informacije daju se u roku od 4 tjedna.

Kada je završni kurikulum prihvaćen, sudionici moraju organizirati pilot tečaj u svojem gradu.