

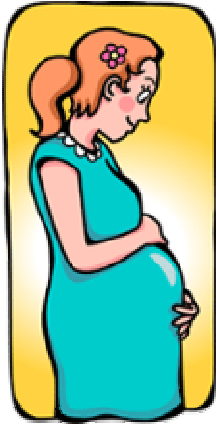


임신부 자기 선언

1. 임신은 나의 생애 최고의 축복이다.
2. 자궁 안의 태아를 조건 없이 사랑한다.
3. 임신을 기쁘게 생각하며 스트레스를 줄인다.
4. 임신에 해로운 모든 나쁜 습관을 버린다.
5. 즐거운 마음으로 출산에 임한다.

● 임신부 가족 선언

1. 임신부를 위한 따뜻한 가정환경을 만든다.
2. 임신부를 돕는 것은 태아를 돕는 것이다.
3. 임신부를 사랑으로 이해하며 태교에 동참한다.
4. 모든 일에서 임신부의 안전이 최우선이다.
5. 분만은 가족이 함께 하는 축제이다.



🌸 Prepared Childbirth Classes (5 sessions) 출산준비교실 (5 주 2 시간씩)

- 1) 주차
 - 강사 및 참가자 소개
 - 출산교실의 목적 및 분만이란?
 - 다양한 분만법
 - 호흡법, 이완법 명상법 소개
- 2) 주차
 - 호흡법 연습
 - 임신중 일반적인 증상 및 주의사항
 - 산전체조
- 3) 주차
 - 연상,이완 호흡법 연습
 - 분만의 전구증상
 - 산전체조
- 4) 주차
 - 신생아관리
 - 출산전 준비
 - 분만진행에 따른 호흡법
 - 산전체조
- 5) 주차
 - 산욕기 관리 및 피임
 - 호흡법과 진통 경감법
 - 복습 및 질문



🌸 Breastfeeding Workshop 모유수유 교실 (3 hours)

1. 모유수유를 성공하기 위한 예비지식
2. 모유수유 자세
3. 모유수유 중 문제 해결

🌸 Baby Care Workshop 신생아 관리 (3 hours)

1. 신생아의 정상적인 특징
2. 신생아 목욕법
3. 신생아에게 흔한 증상 및 대처요령

🌸 Home Visit by Midwives 전문 간호사 방문 서비스

1. 모유수유 자세교정 및 교육
2. 신생아 관리 교육
3. 산욕기 간호

🌸 Prenatal Massage 부부 태교 마사지 (2 hours)

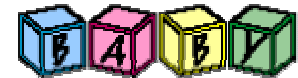
1. 임신 말기 마사지
2. 분만 시 마사지

🌸 Infant Massage 유아 마사지 (2hour)

1. 유아 마사지란?
2. 팔,다리,얼굴 가슴 등 마사지
3. 아기 돌보기

🌸 Breast feeding consultation clinic 모유수유 상담 클리닉

1. 유두 혼동
2. 젖양 늘리기
3. 모유수유의 기본 교육
4. 모유수유 관련 문제 상담



Other English Classes 기타 영어 강좌

- 🍷 Nutritional workshop For Pregnant Mums & Babies
임산부와 태아의 영양 워크숍
- 🍷 Sleep Training workshop For Newborn
신생아 수면 훈련 워크숍
- 🍷 Baby Sleep Improvement Workshop
유아의 수면 강화 워크숍
- 🍷 Pre & Post Natal Exercises
출산 전.후 운동
- 🍷 Yoga4baby 유아를 위한 요가
- 🍷 Baby Signing 아기의 요구표시
- 🍷 First Aid for Parents
응급처치 (부모가 제공시)
- 🍷 First Aid for domestic Helpers
응급처치 (가정 도우미가 제공시)
- 🍷 Baby Care for domestic Helpers
신생아 관리 (가정 도우미가 제공시)

Other Services 기타 다른 서비스

- 🍷 Post Natal Massage
출산후 마사지
- 🍷 Post Natal Traditional Massage with Binding
출산후 전통 마사지
- 🍷 Baby Sitting Service (In centre or at home) minimum of 2 hours
아기 돌봐주기 서비스(센터 혹은 가정에서, 최소 2 시간 이상)

수강을 해야 하는 이유

1. 소규모의 친근한 수업
2. 개별적인 관리 및 관심
3. 다른 부부들과 관계 형성 및 정보 공유 가능
4. 출산의 두려움 완화 및 자신감 형성
5. 보다 앞장선 육아 활동 시작
6. 임신중 건강 유지

Birth & Beyond Group Pte. Ltd.

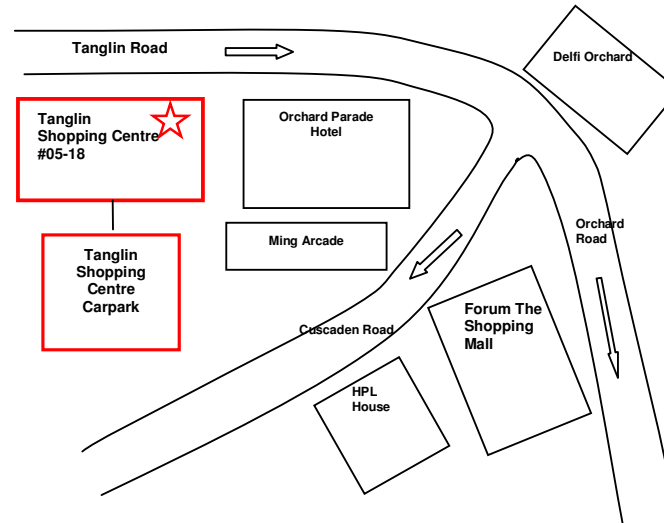
**19 Tanglin Road
#05-18, Tanglin Shopping Centre
(Beside Orchard Parade Hotel)
Singapore 247909
Tel: 6736 1636
Fax: 6736 1636**

김인순

HP: (65) 9643-3347

Website: www.birthisandbeyond.com.sg

Email: kstaff@birthisandbeyond.com.sg



“Birth & Beyond 는 어떤 곳인가요?”

Birth & Beyond 는 임산부를 위해 산모교실을 제공하는 원스톱 센터입니다.

풍부한 경험을 지닌 간호사가 산모교실 강좌를 맡고 있으며, 소규모의 단란하고 가정적인 분위기의 산모교실을 통하여 개별적 케어와 상담을 받으실 수 있습니다.

저희는 다양한 종류의 산모강좌, 상담, 워크숍 및 가정방문 서비스등을 제공해 드리며, 경험이 풍부한 전문 간호사가 임신부터 출산 및 육아에 이르기까지 필요한 지식을 제공해 드리며 자신감을 안겨드릴 것입니다.

Below classes will be taught in Korean “본 산모교실은 한국어로 진행 됩니다”

- 🍷 Prepared Childbirth Classes (5 sessions)
출산준비교실(5 주 2 시간씩)
- 🍷 Breastfeeding Workshop
모유수유교실 (월 1 회 3 시간)
- 🍷 Baby Care Workshop
신생아 관리 (월 1 회 3 시간)
- 🍷 Home Visit by Midwives
전문 조산사 방문 서비스
- 🍷 Prenatal Massage
태교 부부 마사지 (월 1 회 2 시간)
- 🍷 Breast feeding consultation clinic
모유수유 상담 클리닉
- 🍷 Infant Massage
유아 마사지 (월 1 회 2 시간)

