Yeosu
Web Contents

2024년 04월 29일 22시 16분

목차

목차 2
임산부워킹맘 프로그램 운영 3
프로그램 운영 개요 3
수강생 모집 3
유의사항 3
프로그램 일정 3

프로그램 운영 개요

- 운영기간 : 3. ~ 12.
- 운영기수 : 4기수(2개월씩)운영
- 장소 : 여수시보건소(임산부·영유아 프로그램실)
- 프로그램 : 4개 프로그램
  - 임산부: 모유수유, 임부요가, 태교공예
  - 워킹맘 및 출산부: 워킹맘요가
- 강사 : 프로그램별 전문 강사

수강생 모집

- 모집기간 : 기수 시작 전달 (일정변경있음)
- 대 상 : 여수시민(주민등록을 여수시에 두고 거주하는 시민)
- 프로그램별 모집대상 및 인원 : 별도 시 홈페이지 게재
- 수 강 료 : 무료(프로그램에 따라 재료비 및 교재비 수강생 부담)
- 대상자 선정 통보 : 개인별 통보(SMS)
- 접수방법 : 시 홈페이지 OK통합예약포털 선착순 클릭 접수
- 전화번호 : 061-659-4087(건강증진과 모자보건팀)

유의사항

- 프로그램 첫 수강 시 신분증 지참(여수시민 확인용)
- 프로그램별 참여도가 낮을(정원 50% 미만) 경우 폐강 검토
- 무단결석 3회 이상 시 다음 프로그램 모집 시 참여 제한

프로그램 일정

2개월 과정, 연 4회기

- 1기 : 3월 ~ 4월
- 2기 : 5월 ~ 6월
- 3기 : 9월 ~ 10월
- 4기 : 11월 ~ 12월

프로그램명	모집 인원	모집대상	시 간	내 용
모유수유	20명	임신부	수요일 13:30~15:00	▪ 모유수유 성공과 모유 양 증가를 위한 준비 ▪ 유방마사지법, 모유수유 자세 등 이론과 실기
임부요가	10명	임신 24주 이상	화, 목요일 14:30~15:30	▪ 임부요가, 라마즈 호흡법 ▪ 출산 후 자세 관리 등, 관절운동 ※ 조산 · 임신중독증 등 조기위험 방지 위해 주수 제한
태교공예	20명	임신부(기초반)	금요일 10:00~11:30	▪ 애착인형, 배냇저고리, 모빌 만들기 등 ▪ 태교 관련하여 필요한 작품 및 바느질 공예 ※ 좌식의자로 등받이 필요시 개인 지참
워킹맘요가	15명	출산부, 워킹맘 등	월, 목요일 18:15~19:15	▪ 자세교정 ,심신안정 , 기혈의 순환 원활 ▪ 몸의 군살 제거 , 체내 독소 배출 , 노화방지

※ 프로그램 운영 (시간 및 강사 등)은 추진 상황에 따라 변경 될 수 있음.

COPYRIGHT © YEOSU. ALL RIGHTS RESERVED.

Yeosu
Web Contents

여수시