

ZARZĄDZENIE WEWNĘTRZNE NR 83/2023

Dyrektora Samodzielnego Zespołu Publicznych Zakładów

Lecznictwa Otwartego Warszawa Bemowo- Włochy

z dnia 11 października 2023 r.

dotyczące realizacji programu edukacji przedporodowej „Szkoła rodzenia”

1. Program „Szkoła rodzenia” realizowany jest w:
 - a) przychodni przy ul. Powstańców Śląskich 19;
 - b) przychodni przy ul. Cegielnianej 8.
2. Koordynację programu dla:
 - a. przychodni przy ul. Powstańców Śląskich 19 prowadzi p. Alina Rumowska;
 - b. przychodni przy ul. Cegielnianej 8 prowadzi p. Joanna Szelaąg.
3. Za realizację programu odpowiadają:
 - a. w zakresie merytorycznym – realizatorzy programu;
 - b. w zakresie organizacyjnym – koordynatorzy;
 - c. w zakresie informacji o programie oraz sprawozdań merytorycznych – Sekcja Marketingu i Promocji Zdrowia.
4. Do uczestnictwa w programie uprawnione są kobiety:
 - a. będące na przełomie drugiego i trzeciego trymestru ciąży;
 - b. mające zaświadczenie od lekarza ginekologa-położnika o braku przeciwwskazań do uczestnictwa w „Szkoła rodzenia”;
 - c. zameldowane na pobyt stały lub czasowy na terenie m.st. Warszawy lub rozliczające podatek dochodowy od osób fizycznych w m.st. Warszawie lub przebywające w domu dla matek z małoletnimi dziećmi i kobiet w ciąży lub innej placówce opiekuńczej na terenie m.st. Warszawy lub takiej, z której m.st. Warszawa podpisało właściwą umowę.
5. Warunkiem uczestnictwa w programie jest poprawne wypełnienie Formularza uczestnictwa w programie edukacji przedporodowej „Szkoła rodzenia” (zał. nr 1 do Zarządzenia) oraz podpisanie listy obecności na zajęciach (zał. nr 2 do Zarządzenia).
6. Program zajęć dla jednej ciężarnej kobiety składa się z 10 modułów po 2 h lekcyjne.

7. Po zakończonym cyklu 10 modułów uczestniczka wypełnia Ankietę dla uczestniczek programu edukacji przedporodowej „Szkola Rodzenia” (zał. nr 3 do Zarządzenia).
8. Raz miesiącu koordynatorzy programu składają do Sekcji Marketingu i Promocji Zdrowia wypełnione sprawozdanie merytoryczne zgodnie z załączonym wzorem (zał. nr 4 do Zarządzenia).
9. Opis programu zgodnie z uchwałą nr LXXI/2332/2022 Rady m.st. Warszawy z dnia 13.10.2022r. stanowi załącznik nr 5 do zarządzenia.
10. Realizacja programu przez pracowników ma być prowadzona poza godzinami umowy o pracę.
11. Za pracę w „Szkole rodzenia” ustala się następujące stawki:
 - a) Za godzinę wykładu 100,00 zł
 - b) Za 45 minut ćwiczeń rehabilitacyjnych 70,00 zł
12. Zarządzenie obowiązuje od dnia podpisania.
13. Traci moc zarządzenie nr 14/2020 z dnia 7 lutego 2020 roku oraz zarządzenie nr 12/2021 z dnia 15 lutego 2021 roku.


DYREKTOR
Zbigniew Jadczyk



Warszawa

Formularz uczestnictwa w programie edukacji przedporodowej „Szkoła rodzenia”

Imię i nazwisko uczestniczki programu

nr PESEL

Przystępując do programu edukacji przedporodowej „Szkoła rodzenia”, świadoma odpowiedzialności karnej za stwierdzenie nieprawdy celem osiągnięcia nienależnej korzyści oświadczam, że *(należy wypełnić jeden z punktów)*:

1. Jestem zameldowana na pobyt stały na terenie m.st. Warszawy.

tj:
(adres zameldowania)

2. Jestem zameldowana na pobyt czasowy na terenie m.st. Warszawy.

tj:
(adres zameldowania)

3. Oświadczam, że zamieszkuję na terenie m.st. Warszawy i rozliczam podatek dochodowy od osób fizycznych w m.st. Warszawie.

tj:
(nazwa i adres urzędu skarbowego)

4. Przebywam w domu dla matek z małoletnimi dziećmi i kobiet w ciąży lub w innej placówce opiekuńczej na terenie m.st. Warszawy lub takiej, z którą m.st. Warszawa podpisało właściwą umowę.

tj:
(nazwa i adres placówki)

Warszawa, dnia

.....
podpis uczestniczki programu

Na podstawie z art. 6 ust. 1 lit a. Rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu tych danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych osobowych) wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych przez Prezydenta m.st. Warszawy, w celu kwalifikacji, sprawozdawczości i kontroli realizacji programu edukacji przedporodowej „Szkoła rodzenia” w zakresie imienia i nazwiska, numeru PESEL, adresu zameldowania na pobyt stały lub czasowy, oświadczenia o zamieszkiwaniu na terenie m.st. Warszawy i rozliczaniu podatku dochodowego od osób fizycznych w m.st. Warszawa, oświadczenia o przebywaniu w domu dla matek z małoletnimi dziećmi i kobiet w ciąży lub w innej placówce opiekuńczej na terenie m.st. Warszawy lub takiej, z którą m.st. Warszawa podpisało właściwą umowę.

.....
podpis uczestniczki programu

KLAUZULA INFORMACYJNA O PRZETWARZANIU DANYCH OSOBOWYCH

Będziemy przetwarzać Pani dane osobowe, by mogła Pani wziąć udział w programie polityki zdrowotnej finansowanym ze środków m.st. Warszawy. Mogą być przetwarzane w sposób zautomatyzowany, ale nie będą profilowane.

Kto administruje moimi danymi?

- Administratorem Pani danych osobowych przetwarzanych w Urzędzie m.st. Warszawy jest Prezydent m.st. Warszawy, z siedzibą w Warszawie (00-950), pl. Bankowy 3/5.
- Na pytania dotyczące sposobu i zakresu przetwarzania Pani danych, a także o przysługujące Pani prawa odpowie Inspektor Ochrony Danych w Urzędzie m.st. Warszawy. Proszę je wysłać na adres: iod@um.warszawa.pl.

Dlaczego moje dane są przetwarzane?

- Pani dane osobowe są przetwarzane w celu/celach określonych w treści udzielonej przez Panią zgody.
- Podanie przez Panią danych osobowych jest dobrowolne, ale jeśli Pani tego nie zrobi, udział w programie polityki zdrowotnej będzie niemożliwy.

Jak długo będą przechowywane moje dane?

Pani dane osobowe będą przechowywane do momentu odwołania zgody lub realizacji wskazanego w zgodzie celu. Potem, zgodnie z przepisami, dokumenty trafią do archiwum zakładowego.

Kto może mieć dostęp do moich danych?

Odbiorcami Pani danych osobowych mogą być:

- a) podmioty, którym Administrator powierzy przetwarzanie danych osobowych, w szczególności:
 - podmioty świadczące na rzecz urzędu usługi informatyczne, pocztowe;
 - podmioty lecznicze realizujące program polityki zdrowotnej;
- b) organy publiczne i inne podmioty, którym Administrator udostępni dane osobowe na podstawie przepisów prawa;
- c) podmioty, którym Administrator udostępni dane osobowe na podstawie udzielonej przez Panią zgody.

Jakie mam prawa w związku z przetwarzaniem moich danych?

- Ma Pani prawo do:
 1. wycofania zgody w dowolnym momencie, co nie będzie miało wpływu na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano przed wycofaniem zgody;
 2. dostępu do danych osobowych, w tym uzyskania kopii tych danych;
 3. żądania sprostowania (poprawienia) danych osobowych;
 4. żądania usunięcia danych osobowych (tzw. prawo do bycia zapomnianym), w przypadku gdy:
 - dane nie są już niezbędne do celów, dla których były zebrane lub w inny sposób przetwarzane;
 - wycofała Pani zgodę na przetwarzanie danych osobowych i nie ma innej podstawy prawnej przetwarzania danych;
 - Pani dane przetwarzane są niezgodnie z prawem;
 - Pani dane muszą być usunięte, by wywiązać się z obowiązku wynikającego z przepisów prawa;
 5. przenoszenia danych, gdy przetwarzanie odbywa się w sposób zautomatyzowany;
 6. żądania ograniczenia przetwarzania danych osobowych;
 7. wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych w przypadku powzięcia informacji o niezgodnym z prawem przetwarzaniu w Urzędzie m.st. Warszawy Pani danych osobowych.
- Nie przysługuje Pani prawo sprzeciwu wobec przetwarzania danych.

Program edukacji przedporodowej „Szkoła rodzenia”

Lista obecności na zajęciach

		Podpisy uczestniczek programu									
Lp.	Imię i nazwisko uczestniczki programu	Moduł nr 1	Moduł nr 2	Moduł nr 3	Moduł nr 4	Moduł nr 5	Moduł nr 6	Moduł nr 7	Moduł nr 8	Moduł nr 9	Moduł nr 10
		Data zajęć	Data zajęć	Data zajęć	Data zajęć	Data zajęć	Data zajęć	Data zajęć	Data zajęć	Data zajęć	Data zajęć
1.											
2.											
3.											
4.											
5.											
6.											
7.											
8.											
9.											
10.											
...											
...											
Podpis osoby prowadzącej zajęcia											



Warszawa

.....
Data



Warszawa

ANKIETA DLA UCZESTNICZEK PROGRAMU EDUKACJI PRZEDPORODOWEJ „SZKOŁA RODZENIA”

Szanowna Pani.

Chcąc spełnić oczekiwania naszych klientów dotyczące realizacji programu „Szkoła rodzenia”, prosimy o wypełnienie niniejszej ankiety. Uwagi uczestniczek programu są dla nas bardzo cennymi wskazówkami, które mogą nam pomóc udoskonalić pracę.

W każdym pytaniu prosimy zaznaczyć kwadrat obok tej odpowiedzi, która najbardziej odpowiada Pani ocenie lub uzupełnić.

1. Wiek osoby wypełniającej ankietę:

- | | | |
|-------------------------------------|---|---|
| <input type="checkbox"/> do 20 lat | <input type="checkbox"/> do 21 - 25 lat | <input type="checkbox"/> 26 – 30 lat |
| <input type="checkbox"/> 31- 35 lat | <input type="checkbox"/> 36 - 40 lat | <input type="checkbox"/> powyżej 40 lat |

2. Wykształcenie:

- | | | | |
|-------------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> podstawowe | <input type="checkbox"/> zawodowe | <input type="checkbox"/> średnie | <input type="checkbox"/> wyższe |
|-------------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|---------------------------------|

3. Narodzin którego dziecka Pani oczekuje?

4. Dlaczego postanowiła Pani skorzystać ze szkoły rodzenia?

- Aby zdobyć wiedzę
- Ćwiczyć umiejętności praktyczne
- Spotkać innych ludzi w podobnej sytuacji
- Oswoić lęk przed nieznanym
- Przygotować ciało do porodu
- Dowiedzieć się, co nas czeka
- Teraz wszyscy znajomi tak przygotowują się do porodu
- Dowiedzieć się, co przygotować dla dziecka
- Brak sprecyzowanych oczekiwań

Inne:

.....
.....

5. Skąd dowiedziała się Pani o szkole rodzenia?

- | | |
|-----------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Rodzina | <input type="checkbox"/> Znajomi |
| <input type="checkbox"/> Internet | <input type="checkbox"/> Plakat, ulotka |
| <input type="checkbox"/> Media | <input type="checkbox"/> Inne (jakie?) |

6. Jakie tematy były omawiane w czasie kursu?

- Psychologia ciąży, porodu
- Rozwój dziecka w łonie matki
- Rola osoby towarzyszącej
- Fizjologia porodu
- Karmienie piersią
- Adaptacja dziecka do nowego świata i opieka nad nim
- Psychiczne i fizyczne zagadnienia położu
- Porady prawne dotyczące ciężarnych i matek
- Inne (jakie?)

7. Co uważa Pani za najciekawsze w trakcie prowadzonych zajęć?

.....

.....

.....

.....

8. Czy informacje przekazane w trakcie prowadzonych zajęć uważa Pani za wystarczające?

- Tak Nie Nie wiem

9. Jakie modyfikacje wprowadziłaby Pani do realizowanego programu i/lub stylu prowadzenia zajęć?

.....

.....

.....

.....

10. W jakim stopniu Pani oczekiwania wobec programu zostały spełnione?

- całkowicie spełnione częściowo spełnione nie spełniono oczekiwań

11. Jakie oczekiwania ma Pani wobec miejsca, w którym urodzi się Pani dziecko?

.....

.....

12. Czy zamierza Pani rodzić w szpitalu, w którym korzystała Pani z programu? (dotyczy uczestniczek, które brały udział w szkołach rodzenia prowadzonych przez szpitale)

- Tak Nie Nie wiem

13. Czy w przypadku braku finansowania szkoły rodzenia przez Miasto Stołeczne Warszawę zdecydowałaby się Pani na udział w zajęciach odpłatnych?

Tak

Nie

Nie wiem

14. Proszę ocenić w skali 1-6 (gdzie 1 – niedostatecznie, 6 – doskonale) następujące stwierdzenia:

Dzięki szkole rodzenia:

1. Wiem więcej na temat porodu
2. Wiem więcej na temat pielęgnacji, karmienia i wychowywania dziecka
3. Nauczyłam się technik przydatnych przy porodzie
4. Czuję się przygotowana do porodu i okresu połogu
5. Posiadam niezbędną wiedzę w zakresie opieki nad dzieckiem, przebiegu porodu i okresu połogu

15. Proszę ocenić w skali 1-6 (gdzie 1 – niedostatecznie, 6 – doskonale):

1. Warunki lokalowe szkoły
2. Sprzęt używany podczas zajęć
3. Organizacja zajęć
4. Osoby prowadzące zajęcia
5. Zakres merytoryczny realizowanych zajęć

16. Uwagi (tu prosimy o wpisanie własnych uwag bądź zastrzeżeń dotyczących programu):

.....

.....

.....

.....

Dziękujemy za wypełnienie ankiety.

Sprawozdanie merytoryczne z realizacji programu edukacji przedporodowej „Szkoła rodzenia” w miesiącu

Lp.	Imię i nazwisko uczestniczki programu	Kwalifikacja do programu ¹⁾				Liczba jednostek edukacyjnych	Data udzielenia jednostek edukacyjnych ²⁾	Koszt udzielonych jednostek edukacyjnych
		1	2	3	4			
1.								
2.								
3.								
4.								
5.								
6.								
7.								
8.								
...								
...								
...								
...								
RAZEM								

- 1) Do rubryki odpowiadającej podstawie kwalifikacji do programu należy wpisać „X”. Oznaczenie warunku kwalifikacji do programu edukacji przedporodowej „Szkoła rodzenia”:
- 1 – zameldowanie na pobyt stały na terenie m.st. Warszawy,
 - 2 – zameldowanie na pobyt czasowy na terenie m.st. Warszawy,
 - 3 – rozliczanie podatku dochodowego od osób fizycznych w m.st. Warszawy,
 - 4 – pobyt w domu dla matek z małoletnimi dziećmi i kobiet w ciąży lub w innej placówce opiekuńczej na terenie m.st. Warszawy lub takiej, z którą m.st. Warszawa podpisało właściwą umowę.
- 2) W tej rubryce należy wpisać dni, w których udzielono jednostek edukacyjnych, oddzielając je średnikami.

I. OPIS PROBLEMU ZDROWOTNEGO

Ciąża i poród stanowią wielkie wyzwanie dla organizmu kobiety. Jest to okres, do którego trzeba się starannie przygotować. W tym czasie kobieta potrzebuje wsparcia i porad, mających rozwiązać jej ewentualne wątpliwości.

Obecnie istnieją dużo lepsze warunki do tego, aby narodziny dziecka i czas poprzedzający to wydarzenie sprzyjał budowaniu rodzinnych relacji, w których zarówno matka jak i ojciec mają swoją ważną rolę do odegrania. Przyszła mama może w dużym stopniu współdecydować o przebiegu i charakterze porodu. Ważne jest, by kobieta w ciąży znała fizjologię porodu, była świadoma trudności, które ją czekają podczas wydawania dziecka na świat i wiedziała, jak sobie z nimi radzić.

Korzystnym uzupełnieniem opieki przedporodowej jest szkoła rodzenia. Zajęcia w szkole rodzenia obejmują większość problemów dotyczących ciąży, porodu i porodu. Promowane są zachowania sprzyjające zdrowiu matki, dziecka i rodziny. Zaleca się, aby uczestniczyli w nich oboje rodzice.

Sprzyja to pogłębianiu i wzbogacaniu związku między nimi oraz dobrze służy rozwijaniu partnerstwa.

Szkoły rodzenia są prowadzone przez wykwalifikowany personel (m.in. lekarzy, położne, pielęgniarki, fizjoterapeutów, rehabilitantów, dietetyków, psychologów, prawników). Przyszła mama może w czasie kilkunastu godzin zajęć uzupełnić informacje o metodach radzenia sobie z dolegliwościami ciążowymi, o tym jak znosić ból towarzyszący skurczom macicy i w jaki sposób najlepiej współpracować z położną w czasie porodu. Zajęcia obejmują także naukę pielęgnacji noworodka i techniki karmienia piersią. Zajęcia i ćwiczenia warsztatowe mają na celu zapoznanie przyszłej mamy z technikami relaksacyjnymi i oddechowymi przydatnymi w czasie porodu. Uczestniczka zajęć pozna także ćwiczenia gimnastyczne, tak przygotowane, aby nie zaszkodziły przyszłej mamie i jej dziecku, a zapewniły sprawność fizyczną i komfort życia. Dużo uwagi poświęca się także problemom psychologicznym i emocjonalnym w ciąży i po urodzeniu dziecka.

Szkoły rodzenia funkcjonują zgodnie z zadaniem szerzenia oświaty zdrowotnej dla rodziców w zakresie przebiegu ciąży, porodu, porodu i opieki nad noworodkiem, jak również psychofizycznego przygotowania do zadania jakim jest poród.

II. CELE PROGRAMU

1. Cel główny:

Przygotowanie kobiet w ciąży do porodu naturalnego oraz pełnienia nowej roli związanej z pojawieniem się dziecka.

2. Cele szczegółowe:

- 1) przekazanie wiedzy dotyczącej rozwoju płodu, przebiegu ciąży, porodu, porodu i podstawowych problemów dotyczących opieki nad noworodkiem i laktacji,
- 2) promocja zachowań sprzyjających zdrowiu matki, dziecka i rodziny,
- 3) informacja o dostępnych formach opieki medycznej w trakcie ciąży,

- 4) wsparcie psychiczne i stymulacja do prozdrowotnych zachowań,
- 5) informacja o dostępnych formach prawnej i finansowej pomocy matce, dziecku i rodzinie oraz podstawowych normach prawa rodzinnego i opiekuńczego.

III. ADRESACI PROGRAMU

1. Tryb zapraszania uczestników do programu

Program jest skierowany do kobiet w ciąży, które zgłoszą chęć uczestniczenia w zajęciach u wybranego realizatora programu, z którym m.st. Warszawa zawarło stosowną umowę.

2. Populacja objęta programem

Program skierowany jest do ciężarnych mieszkanek m.st. Warszawy. Przewidywana populacja objęta programem to ok. 10 500 kobiet rocznie.

3. Zasady uczestnictwa w programie:

W programie mogą wziąć udział kobiety w ciąży, zamieszkałe na terenie m.st. Warszawy.

IV. ORGANIZACJA PROGRAMU

1. Program edukacji przedporodowej „Szkoła rodzenia” jest to program mający na celu edukację

zdrowotną oraz promocję zdrowia wśród przyszłych rodziców. Program jest realizowany na podstawie przyjętego standardu w określonym w umowie miejscu przez zespół osób uprawnionych do realizacji przedmiotowego programu.

2. Prowadzenie edukacji przedporodowej obejmuje realizację programu w formie zbiorowych spotkań

(kurs stacjonarny „Szkoły rodzenia”). Rekomendowane jest prowadzenie edukacji przedporodowej na przełomie drugiego i trzeciego trymestru ciąży – 20 godzin lekcyjnych (nie mniej niż 10 modułów po 2 godziny lekcyjne każdy, z częstotliwością dostosowaną do możliwości i chęci kobiet uczestniczących w zajęciach).

3. W zajęciach uczestniczą kobiety w ciąży lub pary (kobieta w ciąży wraz z osobą towarzyszącą).

4. Edukacja przedporodowa zakłada realizację następujących tematów:

- 1) zasady prawidłowego odżywiania,
- 2) ocena ruchów płodu,
- 3) bezpieczeństwo matki i dziecka w samochodzie,
- 4) wysiłek fizyczny i praca zawodowa kobiety w ciąży,
- 5) objawy powikłań ciąży (nadciśnienie tętnicze, ocena poziomu glukozy, obrzęki, przebarwienia skóry, żylaki odbytu etc.),
- 6) przygotowanie do porodu,
- 7) początek porodu i jego przebieg,
- 8) rola osoby bliskiej, towarzyszącej w prawidłowym i powikłanym porodzie,
- 9) łagodzenie bólu porodowego - techniki relaksacji,
- 10) korzyści i ryzyko analgezji (rodzaje i techniki znieczulenia bólu porodowego),
- 11) znaczenie kontaktu z dzieckiem bezpośrednio po porodzie,
- 12) znaczenie karmienia piersią i fizjologia laktacji,
- 13) rozwiązywanie problemów laktacyjnych,

- 14) wspomaganie laktacji,
 - 15) opieka i pielęgnacja noworodka,
 - 16) psychiczne i fizyczne zagadnienia okresu połogu,
 - 17) higiena i dieta w okresie połogu,
 - 18) metody regulacji płodności,
 - 19) zasady pomocy finansowej państwa i uzyskiwanie wsparcia ośrodków pomocy społecznej,
 - 20) procedury rejestracji urodzin,
 - 21) prawa kobiety w ciąży, kobiety karmiącej i prawa matki.
5. Zajęcia praktyczne podczas realizacji programu będą obejmowały:
- 1) przygotowanie do porodu:
 - a) nauka prawidłowych zachowań w trakcie porodu,
 - b) nauka łagodzenia bólu porodowego – techniki relaksacji,
 - 2) cykl ćwiczeń fizycznych – ogólnousprawniających (prawidłowo stosowana i fachowo nadzorowana gimnastyka jest procesem pozytywnie wpływającym zarówno na organizm matki i dziecka, jak również na przebieg ciąży, porodu oraz połogu):
 - a) ćwiczenia wzmacniające i rozciągające,
 - b) ćwiczenia relaksujące,
 - c) nauka oddychania torem brzuszным,
 - d) ćwiczenia przygotowujące do porodu,
 - e) ćwiczenia w połogu,
 - 3) promocję karmienia piersią,
 - 4) wsparcie psychiczne kobiety w ciąży i jej rodziny.
6. Zajęcia będą prowadzone przez realizatora lub realizatorów wybranych w drodze konkursu ofert, w postępowaniu ogłoszonym zgodnie z art. 14 ust. 1 i art. 15 ustawy z dnia 11 września 2015 r. o zdrowiu publicznym (Dz. U. z 2022 r. poz. 1608).

V. OKRES REALIZACJI PROGRAMU

Program realizowany w latach 2023-2025

